

シニアスクールⅡ

NOSS（日本・おどり・スポーツ・サイエンス）を 踊ってみよう！



<日時・場所>

令和3年11月5日（金）・19日（金） 10:00~11:30
常滑市文化会館リハーサル室

<講師>

西川 嘉波美さん（西川流師範・NOSS 認定インストラクター）

<参加者>

8名（11/5）・7名（11/19）（市内在住又は在勤の55歳以上の人）

<事業内容>

・NOSSは、美しい和の動きをスポーツ科学で検証して生まれた日本舞踊エクササイズです。ストレッチや脳トレを行った後、NOSSの踊りを「この冬（とき）がすぎれば」の曲に合わせて、先生の丁寧なご指導のもと、一つずつの動きを覚え、最後には1曲をマスターしました。

<主な参加者の声>

・新しい分野の動きをおしえてもらい、よかったです。日舞でこんな動きができるのを初めて知りました。・思たより難しかったです、初めて踊って楽しかったです。

<講座を終えて>

・受講者さんにとって、初めてNOSSや日本舞踊の魅力を知るよい機会になったと思います。最後にデモンストレーションで皆さんの前で先生の美しい踊りを見せていただき、感動し、喜んでおられる受講者さんの姿が印象的でした。