

MIKAKO

ハワイ島クムフラ Pono Ka'ahanui に師事し、
ハワイの伝統的なフラとタヒチアンダンスを学ぶ。

イベント出演やステージ経験を重ねながら、基礎を大切に丁寧な指導を心がけています。

初心者の方にも安心して楽しんでいただけるよう、
美しい姿勢や身体の使い方、表現力を大切にレッスンを行います。

【クラス内容紹介】

ハワイの伝統的なフラを基礎から丁寧に指導します。
ステップやハンドモーションだけでなく、楽曲の意味や背景も学びながら、
内面から表現するフラを目指します。

タヒチアンダンスでは、基本ステップや体の使い方を中心に、
リズムに合わせて楽しく踊りながら体幹や女性らしいしなやかな動きを身につけます。
初心者の方も安心してご参加いただける内容です。

【担当曜日・時間帯】

火曜日

18:30~19:20 優雅に楽しむフラダンス入門

19:30~20:20 情熱のタヒチアンダンス入門