

ヴィクトリア ベリーダンス
ウクライナ出身 ウクライナ人（日本語OKです）

長年ダンスインストラクターとして、多くの方にダンスを教えてきました。

参加される方の年齢やレベルに合わせて、分かりやすく、楽しく指導することを大切にしています。

【レッスンで大切にしていること】

音楽に合わせて、ウォーミングアップとストレッチから始めます。

ウォーミングアップでは、ベリーダンスの基本的な動きを取り入れ、身体を少しずつ動かしていきます。

最後には、習った基本の動きを使った簡単な振付を音楽に合わせて踊ります。