

NTN+

Nana & Tetsuya

NTN+ プログラム



【NTN+ プログラム】塩澤奈々・中島哲也

2023年1月より、NTN+ プログラムが始動

2023年1月より、新たな学びの場を提供する為、**塩澤奈々・中島哲也**による「NTN+ プログラム」をスタートしました。

【特徴】**入会金は不要**。プログラムごとに受講者募集となりますので、好きな時にお好みのプログラムにご参加いただけます。学業や仕事、毎日が忙しい皆様にプラスαとなる時間を提供するため、個人または少人数グループでの**完全予約制プログラム**となります。それぞれのスキルアップ・ステップアップを目指し、サポートさせていただきます。

短い時間の中で、皆様が何か得られるように、何か感じられるように、私たちは「Sensation(感覚)」と「Sensitivity(感性)」を大切にしています。

1

プライベート

30分/60分/90分/120分 個人レッスン
(奈々/哲也)

¥6,000- (30min)
¥8,000- (60min)
¥10,000- (90min)
¥12,000- (120min)

*別途スタジオ使用料がかかります

2

グループ30-120

30分~120分
グループレッスン
(奈々/哲也)

¥1,300~¥4,500

3

スペシャル

ゲスト有りスペシャルプログラム
(60分~90分)

グループレッスン
¥3,000 ~ ¥5,000

中島哲也 Tetsuya Nakashima

牧阿佐美バレエ団 ファーストソリスト

☆Animal Flow® Instructor Level 1
(アニマルフローインストラクター)

☆洗足学園音楽大学バレエコース講師

☆橘バレエ学校卒業

☆第16回こころ全国洋舞コンクール ジュニアの部 第一位 ('03)

☆モスクワ・ポリショイバレエ学校 230周年記念公演出演

塩澤奈々 Nana Shiozawa

牧阿佐美バレエ団 ソリスト

☆2級ファイナンシャル・プランナー技能士
(FP)

☆アスリートフードマイスター2級

☆The National Diploma in Professional Dance
取得

☆Northern Ballet School 卒業

☆立教大学 社会学部 卒業

お問い合わせ・ご予約

nana.tetsuya.plus@gmail.com

Webサイト



注意事項

全プログラム、完全予約制！

事前に予約が必要ですので、ご注意ください。

◆ご予約は、Webサイトからお願い致します。

また、EメールやLINE (ID: @983fjwsh) から受け付けております。

◆ご予約は先着順とし、定員に達した場合は、キャンセル待ちとなります。

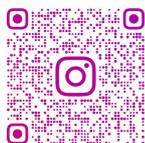
◆グループレッスンには、参加者2名以上で開講いたします。

◆スケジュールは、NTN+サイト・instagram・LINEにてお知らせします。

◆レッスン料金は、レッスン前に現金でのお支払いをお願い致します。

◆キャンセル料金は発生しませんが、キャンセルの場合はできる限り早めのご連絡をお願い致します。

✉
nana.tetsuya.plus@gmail.com



@TETSUYA_NANA.NAKASHIMA



“なぜ今、アニマルフロー+コンテンポラリーダンスなのか？”

ここ10年くらいでしょうか？日本でもバレエ教室でコンテンポラリークラスが開催される様になりました。最近では、コンクールでもコンテンポラリー部門が多くあり、クラシックバレエとコンテンポラリーダンスどちらも審査対象となる場合があります。

では、クラシックバレエとコンテンポラリーダンスの違いは何でしょうか。なぜどちらも必要なのでしょう。クラシックバレエというのは、ポジション（手・足・体の方向）が全て決まっています、メソッドの違いはあれど、必ずルールがあります。一方で、コンテンポラリーダンスは、ルールはなく自由な身体表現（ダンス）です。振付家によって自由に振り付け、ダンサーによってその踊りも変わってきます。つまり、踊り手の自由度も高いのです。「振付家の求める動きの中で、自由に体を使い、表現する」ということが身につくと、クラシックバレエの作品においても動きの幅、表現の方法が広がります。

「自由に体を使い、表現する」為には、〈自分の体をコントロールすること〉が求められ、これはプロでも難しく、皆それぞれ研究しています。クラシックバレエでも、コンテンポラリーでも、他のダンスやスポーツでも必要な〈体のコントロール〉へのアプローチの一つとして、私たちはアニマルフローを取り入れます。アニマルフローで体の強化と感覚を研ぎ澄まし、コンテンポラリーダンスではそれぞれの感性で表現することを目標に、【アニマルフロー+コンテンポラリーダンス】を開講致します。

ANIMAL FLOWとは？

「Animal Flow（アニマルフロー）」とは、「動物の動き」を取り入れたエクササイズで、動作改善や身体能力の活性化が期待できます。「動物の動き」に加え、ヨガ・ジムナスティック・ブレイクダンスなどの動きも取り込んでいます。

さまざまな「動物の動き」を解剖学的に人間の体に適合する用に考え作られている為、体の柔軟性や関節の可動性、体幹のコントロールやバランス能力の向上、安定性や持久力の向上に適しています。また、身体の左右差を整える効果もあります。

元々アメリカで発足したアニマルフローは、近年世界中で注目されています。

