

生きがいサロン

4月16日(火)、五軒町自治会の生きがいサロンが行われました。この日は五軒町内在住のバレエの先生を講師に、バレエの練習に使うバーを利用して、ストレッチ体操をしました。また、先生にバレエの基本的な形を披露して頂きました。



まめ知識

クラシックバレエは、決まった曲で決まった振付を踊る、トゥシューズやチュチュ、頭飾りが用いられる。

モダンバレエは、バレエの基礎を身につけつつも、曲や振付に関しては自由に踊り、基本裸足です。

