

KBCクラス紹介

※年齢は目安です



プレ	4～6歳	バレエの音楽に合わせて、たのしく身体を動かし、基礎体力を身につけます。バレエのステップの土台となる動きを楽しみながら取り入れます。表現することを一緒に楽しみましょう！
ジュニアA	6～7歳	1年生くらいからはバレエの動きの感覚を身に着ける練習がスタート！まずはまっすぐに立つ！ここからがスタート！だれでもできる！ベースの動きを行います♪安心してクラスにお越しくださいね！無理なターンアウトはなくパラレルが多め。
ジュニアB	8～10歳	2年生～4年生くらいはバレエのベーシックの（初級）パヤステップ、コーディネーション等、少しずつ項目が増えてきます。引き続きバレエを踊る感覚を身に着けていくレッスンです。まっすぐ上体を保つこと、まっすぐ立つことができはじめてターンアウトや足を上げたり、回ったりコントロールすることができるので、体幹の強さや骨盤安定を徹底します。楽しく強く美しくバレエのベーシックを学びましょう！
ジュニアC	11歳～15歳	身体の強さが出てきたころ、バレエらしい動きになります。ターンアウトまっすぐに強く立つことができ初めてできる動き。いよいよこれまでの土台をターンアウトを意識して練習に取り組みます。正しくバレエの動きを習得していきます。中級前の基礎、中級クラスへと進みます。クラスはじめの15分はエクササイズを取り入れます。また12歳以上で週2以上レッスンを受講の生徒対象にポワントクラスがスタート。（プレ・ポワントテスト合格者のみ。）
シニア	高校生	アドバンストクラスです。基本的には中級レベルを習得した生徒が受講できるクラスです。複雑なステップに対応できる身体の強さを必要とします。動く方向や体重移動が複雑になります。