



私たちの生活を豊かに彩ってくれる芸術・文化活動。何が人を引きつけるのか、キラリと輝く皆さんにその魅力を聞きました。



バレエ

しなやかに 美しく

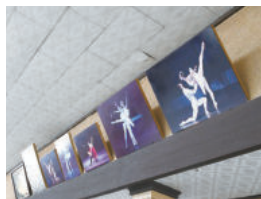
バレエと聞くと、少し敷居が高いと感じる人もいるかもしれませんが、誰もが楽しめるとても身近な芸術です。

そんなバレエの最大の魅力は、なんといっても言葉に頼らず感情を表現できること。レッスンで鍛えた体と技術を駆使し、流れるような美しい動き一つで音楽に乗せて物語を紡ぎ出します。舞台の上では、日々のレッスンの成果を発表する達成感はもちろん、物語の登場人物になりきれるといった楽しさもあります。すてきな侯爵と恋に落ちたり、王子と一緒に菓子の国を旅したり。普段は決して味わうことのできない別の人格になれる瞬間も魅力の一つです。

そして、バレエの素晴らしさは、舞台の上だけにとどまりません。レッスンで美しい動きを追及していくうち

に、いつの間にか普段の立ち姿や所作が美しくなり、体幹も鍛えられます。今では、サッカーなどでもストレッチや体幹強化のためにバレエが取り入れられるほどです。バレエが基礎にあれば、どんなスポーツにも役立つと思います。

最近では、大人からバレエを始める人も増えてきました。小さな頃からレッスンを続けてプロのダンサーを目指すだけがバレエではありません。美しい所作を身に付けたい、運動不足を解消したい。そんなきっかけでも十分です。バレエは、基礎の動きがとてもゆっくりしているので、子どもから年齢を重ねた人まで、やりたいと思ったときにいつでも始められます。いくつになっても美しくなりたいと思う気持ちを大切に、あなたもバレエの世界に一步踏み出してみてください。



教えてくれた人
市バレエ協議会
渥美桂子さん



バレエを始めた人は

場所 市内の各教室

問合 Tel.694-5104 (アツミ)

YouTubeで
動画も公開中
ID 163945