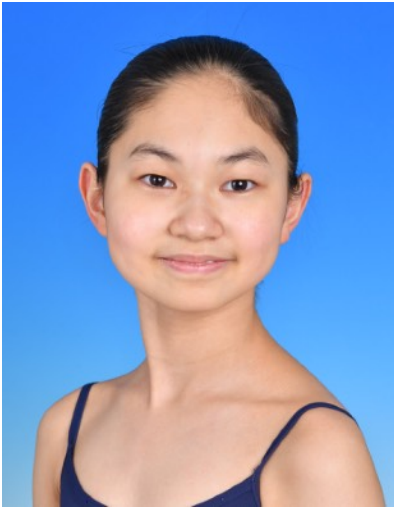


ビクトリアアカデミーオブバレエ特別サマースクールでの初めての経験

大島千明様



私は2021年度ビクトリアアカデミーオブバレエ特別サマースクールに参加しました。

このサマースクールではクラシックのほかに、筋トレ、ストレッチ等のトレーニングやコンテンポラリーダンスのレッスンもあり、たくさんの経験をしました。

まず筋トレ、ストレッチのレッスンでは今まで経験したことのない筋トレやストレッチの方法を学び、これらのトレーニングがバレエの上達に欠かせないものだということを理解しました。

次にコンテンポラリーダンスのレッスンでは、音楽を聴いて感じたことを自分の体で表現することをしました。コンテンポラリーでは体の力を抜くことが何よりも大切ですが、

私は自然と力が入ってしまいコンテンポラリーの難しさを感じました。今まで体を自由に表現することをあまりしたことがなく、体が硬くなってしまうことが多かったのですが、ブラウリオ先生にアドバイスをたくさんいただき、コンテンポラリーならではの楽しさを実感することができました。

そのほかにバーレッスンやヴァリエーションのレッスンもあり、プロの先生方に細かく教えていただき、バレエを基礎から学ぶことができました。

今までできなかったところが分かり、とても勉強になりました。

今回の8日間のサマースクールでは初めて学ぶことがたくさんありました。私にとって大変な8日間でしたが、とてもたくさんのことを学ぶことができ、良い経験になりました。サマースクールで学んだことは今後に生かし、無駄にならないように、バレエの練習を更に頑張りたいと思います。

