

Dance Base Yokohama 1F 定期クラススケジュール

2025年8月にオープンした1Fスタジオでは、オープンクラスやワークショップを開催しています。
ダンス経験のない方も、どなたでも参加できます。お気軽にご参加ください!

① ゆるじわ体操 / ② 身体研究稽古会

講師：岩淵貞太

1,000円～3,000円 / 回 (セット割有り)

ダンサーが提案する
伸びるところから始める体操。
辛くない・痛くない・でもしっかり運動できます。
じんわり気持ちよさに身を任せて体の芯から動きます。
運動が苦手な方にも安心してご参加いただけます。

全日

①13:00-13:45 / ②14:00-16:00

6月3日(水) 7月15日(水)
6月10日(水) 7月22日(水)
6月24日(水)

本を読む講座「からだ」で読む『老子』

講師：岩淵貞太

3,000円 / 回

武術や舞踊の身体は過去の身体観を宿しています。
この講座では身体ワークを通して身体観を退歩していったり、
老子からその身体観、世界観を汲み上げたりしていきます。

5月29日(金) 18:00-19:30
6月19日(金) 18:00-19:30
7月17日(金) 18:00-19:30
8月14日(金) 18:00-19:30

Open Dance Salon

1500円 / 回

音楽を聴きながら、景色を眺めながら、
自然と身体が開放されていくダンスサロン。
あらゆる人々がダンスを通じて集う場所。
どなたでもご参加いただけます。

講師：小暮香帆

5月20日(水) 19:00-20:30
6月10日(水) 19:00-20:30
6月24日(水) 19:00-20:30
8月26日(水) 13:00-14:30

Kid's Dance Salon

1000円 / 回

4～12歳のお子さまが安心して楽しめるダンスクラスです。
じぶんの心やからだのリズムを奏でながら、新しい発見や
知らない感覚を楽しみましょう。

講師：小暮香帆

5月9日(土) 11:00-11:45
8月26日(水) 11:00-11:45

DANCE WELL (ダンス・ウェル)

無料

「DANCE WELL (ダンス・ウェル)」は、
パーキンソン病と共に生きる方を主な対象としながら
イタリアで始まったプログラムです。
周りの環境や音楽に耳をすまし、それぞれのペースで
身体をゆるめ、動かしていきます。

講師：酒井直之 他

6月8日(月) 11:00-12:00
6月21日(日) 13:30-14:30
7月6日(月) 11:00-12:00
7月19日(日) 13:30-14:30
8月1日(日) 13:30-14:30
8月10日(月) 11:00-12:00

【お問合せ・アクセス】

Dance Base Yokohama [一般財団法人セガサミー文化芸術財団]
contact@dancebase.yokohama

みなとみらい線 馬車道駅 出口2a「横浜北仲ノット」直結 (横浜駅から約10分)

申込ページ



Instagram

