



デボラ・ジェイ・ルーウィン

1994年より5リズムズを教え始める。

スコットランドのフィンドホーン・コミュニティに住み、ダンスや創造性を地球環境に優しく持続可能な生活様式の中に取り入れるという試みに意欲的に取り組んでいる。

スコットランド・ヨーロッパ・アジア各地で定期的に指導を行い、温かみ・ヴァイタリティに溢れ、人生に変容をもたらす程の力のあつたそのワークショップは好評を得ている。



現在も5リズムズの創始者であるガブリエル・ロスとの継続スタディを行っている。

Waves® とHeartbeat®の公認インストラクター。

より詳しい情報はこちら(英語):

www.vitalmoves.co.uk

www.gabrielleroth.com

お問い合わせ・お申し込みは

広瀬麻奈

phone: 090-3438-0268

email: himana@gol.com

ブログにてイベントのご紹介をしています。こちらをご覧ください。

<http://kokokaraspi.blog25.fc2.com/blog-entry-38.html>

早期割引

10月10日までにお申し込み・お支払いの方には通常料金より1,000円割引させていただきます。同時に2つ以上のワークショップ(プライベート・レッスンを含む)をお申し込みの方には、合計料金より10パーセント割引とさせていただきます。

リズ・ロジャーズ コンサート



フィンドホーンの元メンバーでデボラの友人のリズ・ロジャーズ (www.elizabethrogers.com)

がデボラと同時期に来日します。

美しい歌声と素晴らしい才能に溢れた彼女は現在ワールド・ツアー“Befriending the Earth: Finding Our Home”を行っています。

10月31日・福岡、11月7日北軽井沢にてコンサートを行います。ワークショップご参加の方には、このコンサートに通常価格1,500円のところ特別価格(1,000円)でご来場いただけます。ワークショップ参加にしていない方がご同行される場合は、特別価格(1,200円)とさせていただきます。

詳細: donutamaru@yahoo.co.jp 場所・時間未定。

スコットランド・フィンドホーンより来日、デボラ・ジェイ・ルーウィンによるクラス、ワークショップ、プライベート・レッスン

JAPAN

October/November 2009

東京・福岡・北軽井沢



ガブリエル・ロスの5リズムズとは高揚感・開放感・恍惚感溢れるフリースタイルのダンスの一種である。

シンプルでありながら、深いヒーリングをもたらす力のある5リズムズを通し、開放感・歓びを世界中の人々が楽しんでいる。1人で踊るのもよし、他の人々と歓びを分かち合うのもよし。

ダンスがお好きな方、また「ダンスなんて、、、」という方も、是非お試しください。運動レベル・ダンスの経験レベルに関係なく、どなたにもご参加いただけます。

問合せ・広瀬麻奈 090-3438-0268 himana@gol.com

Vitalmoves

5Rhythms® Dance for Transformation



スコットランド・フィンドホーンより来日、デボラ・ジェイ・ルーウィンによるクラス、ワークショップ、プライベート・レッスン

JAPAN

October/November 2009

東京・福岡・北軽井沢

“Energy moves in waves.

Waves move in patterns. Patterns move in rhythms. A human being is just that, energy, waves, patterns, rhythms. Nothing more. Nothing less. A dance.”

(Gabrielle Roth)



問合せ・広瀬麻奈 090-3438-0268 himana@gol.com

Intro2the Wave®

デボラ・ジェイ・ルーウィンと
ガブリエル・ロスの5リズムズを踊る。

東京 2009年10月29日、11月5日

ダンス経験の有無を問わず、全ての方の為の5リズムズの入門コース。

日時: 2009年10月29日(木) & 11月5日(木)
19:00~21:30(18時半開場)
場所: 文京シビックホール 地下1階・多目的ホール
(11/5は練習室1にて) 東京都文京区春日1-16-21
Tel: 03-5803-1100
最寄駅・後楽園(丸の内線、南北線)、水道橋駅
(JR、三田線)
地図: www.b-academy.jp/b-civichall/access/access.html
料金: 前売り 4000円 当日 4500円

Individual Sessions

デボラ・ジェイ・ルーウィンによる
プライベート・レッスン

東京 2009年11月5日

1対1でデボラから指導を受けることのできるまたとない機会。
下記のような方に是非お勧めです。

- ・5リズムズを通し、人間関係・仕事など特定のテーマについて探求してみたいという方。
- ・より深い気づきやより多くの動きのパターンを得たいという方。
- ・自信を得たいという方。
- ・ご自分のダンスについてフィードバックが欲しいという方。

日時: 11月5日(木) 予約制(4名様限定)
場所: 東十条 スタジオ μ 東十条駅(JR京浜東北線)
北口出口より徒歩1分
料金: 14,000円(事前のご予約が必要となります。)

Awakening2Dance

デボラ・ジェイ・ルーウィンによる
5リズムズ・WAVEのワークショップ。

福岡 2009年10月31日~11月1日



週末2日間の5リズムズの入門コース。5リズムズとは高揚感・開放感・恍惚感溢れるフリースタイルのダンスの一種で、フローイング・スタッカート・カオス・リリカル・スティルネスの5つのリズムが織り成すWaveを踊る事を通して行う「動く瞑想」ともいえます。慣れ親しんだ行動パターンに囚われ、自由に自分自身を表現する事ができず息苦しい思いをしたことはありませんか?もっと自由に本来備わっているはずの生命力や創造力を感じ、自分らしく生きられたら、...と感じた事はないでしょうか? このワークショップでは、5つの異なったリズムに合わせ身体を動かす事により、自然と自分自身を解き放ち自由に表現すること。心の奥深くにある何かが、私たちを躍らせるのに身をゆだね、自意識を越え、ただ楽しむことを学んでゆきます。

シンプルでありながら、深いヒーリングをもたらす力のある5リズムズを通し、開放感・歓びを世界中の人々が楽しんでいます。1人で踊るのもよし、他の人々と歓びを分かち合うのもよし。

ダンスがお好きな方、また「ダンスなんて、...」という方も、是非お試しください。運動レベル・ダンスの経験レベルに関係なく、どなたにもご参加いただけます。

日時: 2009年10月31日(土) 13:00~17:00
11月 1日(日) 11:00~17:00
場所: 福岡市春日クロアパセラプラザ内フィットネスルーム
最寄駅・春日駅(JR鹿児島線)、春日原駅(西鉄線)
料金: 30,000円
(昼食代・宿泊は含まれません。申込後に詳細ご案内します)

Heart2Heart

デボラ・ジェイ・ルーウィンによる
5リズムズ・ハートビートのワークショップ。

北軽井沢 2009年11月6日~11月8日



この変化の時代の中で、私達は自分の本当の感情を見失いがちです。拒絶やパニックを装った恐怖。非難や憤怒として現れる怒り。悲しみは自己憐憫や絶望として。

現在は一筋縄では行かない時代なのです。抵抗しても無駄なだけ、ならばいっそ身を委ねてみてはどうでしょう。

このワークショップでは、私達の感情のパターンをより深く理解するために意識的に5リズムズを踊っていきます。気づきを深め、表現の術を増やし、可能性を広げるためのツールとしてのダンス。ポジティブであれ、ネガティブであれ、どのような状況の中においても軽やかな心を保つこと、全てのものに対する慈愛は私達の人生を想像力とひらめきで満たしてくれることでしょう。

日時: 2009年11月6日(金)~11月8日(日)
11/6は19:30~21:00
11/7&8は各日11:00~17:00

場所: 群馬県吾妻郡長野原町北軽井沢
海のマリー 2Fダンスホール

詳細: http://www.geocities.jp/umi_no_marie/

料金: 35,000円
(昼食代・宿泊は含まれません。申込後に詳細ご案内します)

このワークショップは、5リズムズ公認インストラクターのもとで10時間以上のWaveを経験された方対象となります。