

# GYROKINESIS®

ジャイロキネシスは、本来 人の身体が持つ機能や感覚を目覚めさせてくれるエクササイズです。ダンサーやアスリートのスキルアップや身体のメンテナンス。また、側弯症や肩凝り・腰痛予防やストレス解消といった 様々な身体の悩みに効果があります。初心者の方、運動が苦手な方でもご参加いただけます。



## Instructor Mako Kubeck

**GYROKINESIS®**認定トレーナー(2015年)、**GYROTONIC®**認定トレーナー(2017年)、振付 / ダンスパフォーマンス。静岡出身。幼少より前田バレエ学苑にてバレエを習う。日本大学芸術学部演劇学科卒業。1990年、珍しいキノコ舞踊団創立メンバーとして2009年まで国内外の全ての公演に出演。現在はソロのダンサーとしてロロロ <https://www.youtube.com/watch?v=FYsZaKdwPNM>、UA、Buffalo Daughter などのPV・ライブ出演、振付や KYOTARO、HAMADARAKA、金谷裕子、斎藤徹など 他ジャンルのアーティストと共演。コラボレーション作品を演出、出演している。

Fee 1800円

コンタクト (予約) マコ・クベック [haredance@super-deluxe.com](mailto:haredance@super-deluxe.com)

GYROTONIC and GYROKINESIS are registered trademarks of Gyrotonic Sales Corp and are used with their permission.