

1 日目

ワークショップ名	逆立ちの基礎ワークショップ
講師	井出スサーン
開催日時	10月8日（土）11：00～12：00
開催場所	第3体育室 WSエリアC
到達目標	逆立ちの練習方法をマスターする。
対象者（レベル）	1逆立ちがまったく出来ないひと 2逆立ちで静止できないひと 3出来るけれどもなんだか安定しないひと 4ガチだとなんだかダルいのでふんわり逆立ちのことをわかりたいひと
ワークショップの構成	1逆立ちの仕組み、転倒回避の方法 壁を使った基礎練習の方法 2静止の方法 3安定化の方法
受講者が用意するもの	こころとからだタオル
講師から一言	このワークショップ内で逆立ちをできるようにはなりません。 できるようになるための練習方法のワークショップです。 できるようになるに越したことはないのですが逆立ちの構造、体の使い方を知って安全な練習方法を知って帰っていただくことがメインテーマです。
講師紹介	

1 日目	
ワークショップ名	トスナンバーズの練習法+個別アドバイス
講師	山本賢哉
開催日時	10月8日（土）11：00～12：00
開催場所	第5体育室 WSエリアE
到達目標	トスの計画的な練習の仕方を知る。
対象者（レベル）	ナンバーズ（5ボール以上）にチャレンジしたいと思ってるトスジャグラー
ワークショップの構成	講義（20～25分）+個別指導（35～40分）
受講者が用意するもの	ボール（orクラブ）
講師から一言	初めまして。講師の山本です。 ナンバーズに挑戦する上で講師自身が意識してきた練習法を軸に、上達する上で必要な、工夫の仕方を、5ボールを例にとってお教えしたいと思います！皆さん聞きに来てください 特に周りに、あまり教えてくれる激ウマ、ナンバーズジャグラーがいない方おすすめですよ！！自分自身で工夫をしているという人も、6,7個の練習中の人も、5クラブカスケードを練習してる人参考になる話をしたいと思うので、是非ご参加ください！！〔注〕講義の内容は2016年のパティオ合宿での内容と同様です。
講師紹介	マラバリスタ、ジャグてっく所属、JJF2014ファイナリスト、MJF2014優勝、ジャグリング歴14年

1 日 目

ワークショップ名	サイトスワップ入門
講師	西野順二
開催日時	10月8日（土）12：00～13：00
開催場所	第二研修室
到達目標	数字で書かれた技の意味が分かる。その技が実現可能なものか判断できる。基礎的なサイトスワップの性質が分かる。
対象者（レベル）	誰でも（足し算と割り算ができること）
ワークショップの構成	技の図表現 技とジャグリングの数列 サイトスワップ 役に立つ性質 新しい技の作り方
受講者が用意するもの	ノートと筆記用具（あれば）
講師から一言	ネットなどを通じて、文字で技を伝える時にたいへん便利です。 数学的にも面白いので数学・パズルの好きな方にも向いています。
講師紹介	サイトスワップシンポジウムを開催するなど日々サイトスワップの研究をしています。 サイトスワップの説明はジャグリング協会のWebにもあるので御覧ください。 http://juggling.jp/siteswap/index.html （トップ→サイトスワップ）

1 日 目

ワークショップ名	3ハットシャッフル入門、その発展
講師	八幡雄士(ヤハウエイ)
開催日時	10月8日(土) 12:00~13:00
開催場所	第3体育室 WSエリアC
到達目標	ハットジャグリングにおけるシャッフルの基礎を習得、また、シャッフルの発展技のアイデアをブレインストーミングの方式で出し合い、講師、受講者ともにハットジャグリングの技術の向上を狙う。
対象者(レベル)	どなたでも。
ワークショップの構成	2箇所に分かれ、1箇所はシャッフル初心者が集まり3ハットのシャッフルの基礎を教える。もう1箇所はシャッフルを習得している(した)人が集まり、その発展技を考えお互いにアイデアを出し合い練習する。また、それに伴ったジャグリングゲームをする。
受講者が用意するもの	ハットを3つ。3つない方も講師や受講者のハットを貸出して補う。
講師から一言	僕はジャグリング歴が浅いので、技を教えつつ皆といっしょに技術を向上できればと思います。
講師紹介	首都大学東京ジャグリングサークルTeam''Lamp''所属。関東ハット交流会主催。

1 日 目

ワークショップ名	傘と鞠の曲 入門
講師	くろせ
開催日時	10月8日（土）12：00～13：00
開催場所	第4体育室 WSエリアD
到達目標	太神楽で最も有名な演目である、「和傘の上で鞠を回す」曲芸を教えます。
対象者（レベル）	初心者から中級者
ワークショップの構成	初心者には、傘の構え方、回し方から始めて、紙風船や鞠を用いた回し方までを教えます。中級者には乱回しを教えます。希望者には枅・金輪・茶碗の回し方も解説します。
受講者が用意するもの	和傘があれば持参してください。ない方には貸し出します（本数限定）。鞠以外を学びたい方は回したいものをご持参ください。
講師から一言	事前に十分な腕と背中ストレッチをお願いします。乱回しは一朝一夕に習得できる芸ではありません。最も大切なものは毎日の反復練習に耐える心です。
講師紹介	http://juggling.blog.shinobi.jp/

1日目

ワークショップ名	実は簡単！5ボールカスケード
講師	ぷっちょ
開催日時	10月8日（土）13：30～14：30
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	5ボールカスケードに対する意識改革
対象者（レベル）	5ボールカスケード300キャッチ未満の方
ワークショップの構成	①初級者と中級者に分け、レベルにあったおススメな練習方法を説明 ②スローのずれに気付き、その修正方法の提案 ③練習を継続するための目標設定 ④Q&A
受講者が用意するもの	自分が扱いたかったボールを5個（必須） リング2枚（持っている人のみ）
講師から一言	5ボールカスケード300キャッチの壁は高く、途中で心が折れることもあるでしょう。しかし、この壁を越えた先には広く美しい景色が広がっています。この壁を越えるお手伝いが出来れば大変嬉しいです。ではJJFでお会いしましょう。
講師紹介	マラバリスタ所属（1年目）。ジャグリング検定1級所持 ジャグリングを始めて9ヶ月で5ボールカスケード1000キャッチ達成 Twitter：@Juggler_Puccho

1 日目	
ワークショップ名	Let' s enjoy cigar numbers!! ～4→5ダンシーズへの入口編～
講師	hanehituji
開催日時	10月8日（土）13：00～14：00
開催場所	第3体育室 WSエリアB
到達目標	・受ける前より4つのシガーに対する苦手意識をなくすこと ・4の基礎技(主にダイヤモンドやダンシーズデビルメント)を習得 ・5のダイヤやダンシーズの練習方法ややり方を理解すること
対象者（レベル）	初級～中級程度ですが、サポートしてくれる上級者がきてくれると助かります。 初級・・引っ付けやミルズメスチェーンなどが安定か、安定ではないけど何回かはできる・やり方はわかるレベルであることが望ましい。
ワークショップの構成	・この講座の趣旨について(5分) ・4シガーの考え方について（ダイヤとダンシーズ）-説明と実践-(15分) ・3と1の状態からの技のコツ-説明と実践-(ダイヤやダンシーズループの練習方法)(20分) ・5ダイヤと5ダンシーズのやり方と基礎(15分) ・まとめ(5分) なお、状況によっては早めたり、派生のさせかたとかもやります。
受講者が用意するもの	シガー4～5つ！と楽しむ気持ち (貸し出せるシガーはありません！)
講師から一言	沖縄から参加予定のhanehituji といいます。箱歴は4年半程度です。私がシガーをはじめたのは回りにやってる人が誰もいないからという動機からでした。ですが、一人だと4つ以上の技が全然できない！と悩んだのを覚えています。私の得意分野の技中心となりますが、4つ以上から5つのに触れる機会になれば幸いです。また、ワークショップ時で聞けなかったこととかあれば二日目までは参加するので気軽に聞いてください。
講師紹介	

1 日目

ワークショップ名	エンジョイ ハットジャグリング 1ハット編
講師	トラヨシ
開催日時	10月8日（土）13：00～14：00
開催場所	第3体育室 WSエリアC
到達目標	（１）ハットをやったことない人でも１ハットの基本技をできるようになること。 （２）ハットがある程度できる人でも、技のバリエーションが増えること。
対象者（レベル）	ハット持っていない初心者から、上級者まで対応します。それぞれに合わせた技を教えます。
ワークショップの構成	（１）初心者でもできる基本の技が、できるように教えます。 （２）基本の技のバリエーションを教えます。 （３）時間のかぎり、いろんな技のバリエーションを教えます。
受講者が用意するもの	ハット持って無くてもかまいません。講師もできるだけハットを持っていますが、限りがあるので、ハットいくつも持っている人はできるだけ多く持ってきてもらって、持っていない人に貸してあげてくださると嬉しいです。
講師から一言	ハットは１つでも十分楽しめて、ワークショップの技でショーもできます。また、講師の顔を覚えて、ワークショップ後にでも声かけていただければ、いつでも教えさせていただきます。
講師紹介	トラヨシ：2005年よりハットジャグリングをはじめる。滋賀県の「野洲ジャグリングサークルメロンボール」代表。JJF2011にて、「日中は名称の言えないハットの技」で広幡杯を受賞。 ハットジャグリング講座（ブログ）↓ http://blogs.yahoo.co.jp/juggling_melon_ball/68613838.html

1 日目

ワークショップ名	動きと技の調和(呼吸編)
講師	渡邊翼
開催日時	10月8日(土) 14:30~15:30
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	呼吸を意識して動けるように
対象者(レベル)	全て
ワークショップの構成	
受講者が用意するもの	自分の道具
講師から一言	事前にウォーミングアップをお願いします。
講師紹介	http://diartsu.wixsite.com/diartsu

1 日目

ワークショップ名	JJF2016「カワイイ！！」をあつめたい！
講師	うさもみ
開催日時	10月8日（土）14：00～15：00
開催場所	第3体育室 WSエリアB
到達目標	カワイイをひとつ以上集めること
対象者（レベル）	だれでも。
ワークショップの構成	ブレイクアウト形式で特に時間の区切りなど設けておりません。途中参加OK、抜けてもOK。最後に集合写真を撮影したいので最後だけでもOK。今回は「カワイイ」演技、「カワイイ」道具、「カワイイ」ルーティンなど、さまざまなカワイイについて交流していこうと考えております。 *うさもみのおうちの商品の予約受付もいたします。
受講者が用意するもの	カワイイと思う道具、デコレーションした道具、カワイイと思うジャグラーでも、とにかくカワイイと判断したものならなんでも。
講師から一言	なんと今年も開催いたします。 別名「女子会」と一部で言われておりますので、どなた様もお誘いあわせてご参加いただけるとうれしいです！集めたカワイイは写真を撮り、うさもみのおうちTwitter（@usa_momi）にて紹介させていただきます。参加人数が少ない場合、とても寂しいので私に会いにきてください。よろしくお願いします。
講師紹介	ジャグリング道具をモチーフとしたアクセサリーや小物など幅広く製作しております。耳の長いうさぎをポイとして振り回している人です。 「うさもみのおうち」として出展しております。

1 日目

ワークショップ名	ハットブレイクアウト
講師	トラヨシ
開催日時	10月8日（土）14：00～15：00
開催場所	第3体育室 WSエリアC
到達目標	ハットブレイクアウトで技を見せ合い、教え合い、楽しみましょう！見るだけでもいいです。ハットジャグリング人口は少ないので、交流の場になればいいなと思います。
対象者（レベル）	ハットに興味のある方でしたら、誰でもOKです。ハット持っても持たなくても、ぜひご参加ください。見るだけでもいいです。初心者から上級者まで楽しめると思います。
ワークショップの構成	（１）みんなで、ハットの技をみんなに見せます。※どんな技でもかまいません。恥ずかしがる必要は無いです。（できない人は見るだけでいいです。） （２）その技をみんなで練習してみましょう。 （３）みんなで交流を深めましょう。
受講者が用意するもの	ハット。持って無くてもかまいません～。ハットを楽しむ心があればOKです。
講師から一言	有志で、2008、2011、2012、2013、2014、2015年と、youtube動画に載せてもいいという人の、ブレイクアウトで披露した技を撮影し、「Japanese hat jugglers」シリーズでyoutubeに動画載せています。今年も動画に載せてもいいという人がいれば、「Japanese hat jugglers 2016」としてアップしたいと考えています。※動画NGの人は、絶対動画に載せないの、安心して技を披露していただければと思います。
講師紹介	これまでのブレイクアウトの様子「Japanese hat jugglers」シリーズのプレイリスト↓ https://www.youtube.com/watch?v=CjdG8GhsA5Y&list=PL50FE9EF7004AE4AE&spfreload=10 （※動画してアップしてOKという人だけを承として撮影しています。）

1 日 目

ワークショップ名	はじめてのディジリドゥ
講師	井出スサーン
開催日時	10月8日（土）14：00～15：00
開催場所	第4体育室 WSエリアD
到達目標	音が出せるようになる。
対象者（レベル）	特定せず。
ワークショップの構成	最初の「ポーッ」って音が出せるように 口の当てかた、力の抜きかたその他コツをケースバイケースで教えてゆきます。
受講者が用意するもの	タオル（はじめは唾液が口のまわりにつきがちなので1本、ディジリドゥの先からも唾液がでるのでそれを受けるために1本の計2本。受けるヤツは使いたおしたあとのタオルとかのほうがいいですよ。） ディジリドゥは使ったものを差し上げます。紙管ディジリドゥです。
講師から一言	生演奏でプレイしているジャグリングパフォーマーのバックにはアコーディオンであったり打楽器であったり ギター、ピアノカいろんな楽器でのルーティンサポートの存在があります。 ディジリドゥもそのひとつ。 その足掛かりにひとつどうぞ。
講師紹介	受講者不在となった場合は1時間の講師によるソロプレイが延々と 不真面目にダラダラとディジリドゥ吹いて20年。

2 日 目

ワークショップ名	第 6 回 JJF マスターズの集い
講師	(主催) 西野順二
開催日時	10月9日(日) 9:00~10:00
開催場所	大体育室 大会本部付近
到達目標	生涯スポーツとしてのジャグリングを盛りあげる
対象者(レベル)	30歳以上(自称・精神年齢も可)のジャグリング愛好者
ワークショップの構成	交流会・発表会・クラス別マジ競技会?(当日相談)
受講者が用意するもの	適当な道具
講師から一言	交流が主目的です。茶飲み話がもりあがれば成功です。
講師紹介	

2 日 目

ワークショップ名	ジャグリングに活かす武道
講師	まえけん
開催日時	10月9日（日）9：00～10：00
開催場所	第3体育室 WSエリアC
到達目標	体幹トレーニング法の習得・立ち姿勢やターンにおける身体への意識を持つ
対象者（レベル）	ターンが上手く出来ない人・ブレイクが決まらない人・姿勢が悪い人・姿勢がぶれる人・体のキレを出したい人
ワークショップの構成	〈構成〉口頭説明と実演。その後実際に動作を真似る。その後質疑応答 〈内容〉両足立ち、片足立ちの姿勢と意識・体幹トレーニング法紹介・空手のターン紹介と応用
受講者が用意するもの	動きやすい服装と得意な道具・飲み物とタオル
講師から一言	どんな道具の方でも大丈夫です！よろしくお願いします！
講師紹介	

2 日 目

ワークショップ名	トークセッション：ジャグリングを考える会（仮）「『ジャグリング』というくり方がじゃまするもの」
講師	青木直哉
開催日時	10月9日（日）10：00～11：00
開催場所	第2研修室
到達目標	ジャグリングについて普段はことばにしないことを言ってみる。
対象者（レベル）	今回示したトピックについて考えてみたい方。とりあえず話を聞きたい気分の方。
ワークショップの構成	講師のプレゼンを軸に、その場にいる参加者の方の意見も適宜聞きつつ、進めていきます。ジャグリングユニット・ピントクルの中西みみずさんの意見をベースに二人で練ったお話をする予定です。（みみずさんは残念ながら会には参加できません）今回は ・『ジャグリング』という言い方が創作を阻害しているケースがあるんじゃないだろうか？ ・あるとしたら、それはどんなものだろう？ といったものを、とりあえず一時間で語れる内容にがんばって収めて話しあう予定です。
受講者が用意するもの	とくになし。
講師から一言	参考になりそうな文献、動画などを紹介しておきたい、または大体どんなことを話すのか予稿 が事前に欲しい方は、jugglernaooあっとgmail.comまでメールを下さい。またワークショップの様子が、メインMCが主宰する「書くジャグリングの雑誌：PONTE」の紙媒体やウェブ、ツイッターなどに掲載される可能性があります。動画、写真、音声、その他の公開に問題がある方は、ワークショップ前か、終了後にお声がけください。
講師紹介	早稲田大学ジャグリングサークルinfinity出身、「書くジャグリングの雑誌：PONTE」の編集長。（ http://jugglingponte.com ）EJCの自由な楽しさに魅せられ、2012年から通算4回参加。ジャグリングのちょっと違った楽しみ方を提案している。

2 日 目

ワークショップ名	ハットは投げるもの?! 3ハットジャグリング
講師	伊藤康晃（伊トさん）
開催日時	10月9日（日）10：00～11：00
開催場所	第5体育室 WSエリアD
到達目標	① 1ハットや2ハットしかやったことがない人、あるいは3ハット練習中の人に、3ハットの面白さを知ってもらう。 ② 3ハットの基本ができていない人に、少し難易度の高い技の練習方法を知ってもらう。
対象者（レベル）	ハットジャグリングが好きな方であればどなたでも。
ワークショップの構成	① 3ハットの3大系統である「シャッフル系」「プレイス系」「トス系」についての説明 ② 各系統の基本技の解説・練習 ③ プレイス系の技の作り方紹介（JJF2015ワークショップ「ハットジャグリング中級」の内容を元に） ④ シャッフル系・トス系の応用技の紹介（ボディスローを中心に）
受講者が用意するもの	ハット3つ 貸し出し用のハットには限りがありますので、なるべくご持参ください。 また、たくさん持っている方は持っていない人に貸していただくと非常に助かります。 手ぶらでの見学や賑やかさも歓迎します。
講師から一言	近年、たくさんのハットを使って高難易度の技をやる人が増えてきました。 ですが、まだまだ初心者の学生とベテランの方々の差は縮まっていないように感じます。 ですので、初心者の学生が中級者・上級者へとステップアップする手助けができればと思い、畏れ多くも私が学生ハットジャグラーを代表し、ワークショップをさせていただくこととしました。 たくさんのご参加、お待ちしております。
講師紹介	名古屋大学ジャグリングサークルRefleX所属（@nu_RefleX） 第2回中部学生ジャグリング大会運営代表（@chubu_juggling） 岡崎ジャグリング練習会元代表（@okazaki_jugglers） 東海ジャグリングユニットIaKOT（イアコット）第3回公演出演（@IaKOT_jug） JJF2015チーム部門出場

2 日 目

ワークショップ名	よくわかる！技のパクリ方入門 -ボールジャグリング基礎と応用-
講師	コータロー
開催日時	10月9日（土）10：00～11：00
開催場所	第5体育室 WSエリアE
到達目標	初心者～中級者が自発的に自分の練習する技が思いつき練習できるようになること。また、ボール専門者それ以外問わずの技を見る目を育てること。上級者は自分と違う考えに触れてもらえれば。
対象者（レベル）	初心者歓迎。個性を出したい、オリジナル技を増やしたい。小技や技のつながりを増やしたい。最近のボールジャグリングよくわかんないなあって人。
ワークショップの構成	ジャグリングを分解して、その要素を取り入れることについて、説明、例示を中心に行う。レベルに関係なく行えるよう最近の流行りや小技を中心に扱う予定。扱う項目に対して練習の時間は多くとらない、一部参考として難易度の高い項目にも触れるのでWS中にできるようになる、WSの内容を全て覚えるなど気負わずいつかふと思い出してもらえそうなWSにしたい。
受講者が用意するもの	ボールが3つ以上あるといいです。
講師から一言	『真似してみたけどなんか違う』という経験ジャグリングをやっている方なら一度は経験するものと思います。今回のWSではその違いを意識することで、逆に個性やオリジナリティにつなげるヒントにしていこうというWSです。
講師紹介	コータロー： https://twitter.com/39lamb 経歴：三玉王、JJFファイナリストなど https://www.youtube.com/watch?v=xthKUzzdy7M

2 日目

ワークショップ名	スティックブレイクアウト
講師	ナオキ、その他
開催日時	10月9日（日）12：00～13：00
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	講師としてはJJF参加者の交流のきっかけになればいいなあと考えています。
対象者（レベル）	デビルスティック、フラワースティックが好きな人 興味がある人
ワークショップの構成	発表会です。
受講者が用意するもの	デビルスティックやフラワースティック、それらに準ずるもの
講師から一言	得意な技や好きな技をみんなで見せ合いましょう。気軽にご参加ください。
講師紹介	首都大学東京ジャグリングサークルTeam“Lamp”OB。 日本スティック協会という集まりの一人です。 https://twitter.com/stick_japan?lang=ja

2 日目

ワークショップ名	『第 15 回サイトスワップシンポジウム（正式名「[SSSf]」：サイトスワップ上級』
講師	（主催）西野順二
開催日時	10月9日（日）12：00～15：00
開催場所	第2研修室
到達目標	サイトスワップやジャグリング標記法、パターン生成法に関連する最近の話題について、参加者相互に情報交換を行なう。
対象者（レベル）	サイトスワップに興味を持っている方。実際に投げることに増して、複雑なパターンを夢想するのが好きな方。
ワークショップの構成	5名ほどの話者が各5分程度ずつ交替でトピックを説明し、議論する。詳細は参加者次第です。
受講者が用意するもの	できれば筆記用具一式。 数学にアタックする気持ち。
講師から一言	話者が集まらない場合は中止となります。かなりマニアックな内容です。あらかじめご覚悟下さい。
講師紹介	

2 日 目

ワークショップ名	5リング入門
講師	石黒 大智
開催日時	10月9日（日）13：00～14：00
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	5リングのための練習方法を身につける。
対象者（レベル）	5リングを練習している方 これから挑戦する方 それ以上の方もOKです
ワークショップの構成	3、4リングでやっておきたい技の練習 5リングフラッシュに挑戦 カスケードを続ける練習
受講者が用意するもの	リング5枚（できればフラットなもの）
講師から一言	気軽に受講してください
講師紹介	

2 日 目

ワークショップ名	初めてのデュアルデビルスティック
講師	aki
開催日時	10月9日（日）14：00～15：00
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	デビルスティックを二本扱う基本的な技、DI（デュアルアイドリング）とDP（デュアルプロペラ）の練習方法やコツを理解し、今後の練習に役立てる。
対象者（レベル）	デビルスティック初心者～中級者
ワークショップの構成	1 デュアルを練習し始める時期について 2 デュアルに適したスティックの選び方 3 シングルでの基礎練習 4 デュアルの練習方法 5 何個か技の紹介
受講者が用意するもの	ハンドスティック2本(1セット) デビルorフラワースティック2本(2セット)
講師から一言	デビルスティックは、他の道具よりも見た目が地味かつ難易度が高い。それゆえ、とても扱いづらい道具なのはやっていると感じることではないでしょうか。 それなら、もう一本増やしてしまいましょう。 二本のデビルスティックが空中に浮く様は、最早不思議というより圧巻だと思います。 このWSで、デュアルのコツをつかんで是非、回してみてください。
講師紹介	FantaStick、関東学生大会、中部学生大会、moyostage日本予選、IJA champion ship、その他数々の大会で入賞及び優勝。 現在は、関東スティック交流会を主催とパフォーマンス活動を中心に様々な場所で活動をしている。 動画↓ https://m.youtube.com/watch?v=7y8d1a-a4xw

2 日 目

ワークショップ名	3poi入門（スイング系）
講師	ポイ魔人（あおい）
開催日時	10月9日（日）15：00～16：00
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	3poiのウィーブが出来る
対象者（レベル）	3poiがやりたいけど、やり方がわからない人、3poiをやり始めたけど、そこからどうしたら良いかわからない人向け
ワークショップの構成	2in1ハンドのウィーブ、バタフライ、スーパーマンと、そのちょっとした派生を練習 そのあと、3poiウィーブを練習
受講者が用意するもの	ポイ（3つなくても大丈夫です）
講師から一言	ポイを3つ持ってなくても受ける、3poi入門です。3poiできる人にはつまらない内容だと思いますので、3poiが出来る人は手伝ってください。m(_ _)m
講師紹介	特に無し

2日目

ワークショップ名	デコデビル制作方法の紹介
講師	いたけん
開催日時	10月9日（日）15：00～16：00
開催場所	第2研修室
到達目標	デビルスティックのデコレーションの基礎を学ぶ
対象者（レベル）	デビルスティックのデコレーションに興味がある
ワークショップの構成	デコレーションに必要な道具の紹介、簡単な加工方法を順を追って説明します
受講者が用意するもの	特になし 記録用に筆記用具とメモ、スマホがあれば便利かもしれません
講師から一言	使用感の良さ、屋外練習への耐久性、自由なデザイン性を全部取れた初めての加工方法です。 普段使っているセンタースティックへの不満がある方は是非参加してみてください。
講師紹介	

2 日 目

ワークショップ名	シガーボックスブレイクアウト
講師	應地 隆明
開催日時	10月9日（日）15：00～16：00
開催場所	第3体育室 WSエリアB
到達目標	ブレイクアウトですので特に設定しません。
対象者（レベル）	シガーボックスジャグラーならどなたでも。レベル不問
ワークショップの構成	自己紹介 ↓ 1技決める ↓ 盛り上がる！
受講者が用意するもの	自己紹介と見てほしい技やシーケンス。
講師から一言	参加するもよし、見るだけでもよし、気軽にシガーボックスジャグラーで集いましょう。
講師紹介	應地 隆明 1989年生まれ 和歌山県出身の社会人ジャグラー。 -JJF2011 シガーボックスレインボーループエンデュランス 3位 -JJF2012 広幡杯受賞 -ジャグリングストーリープロジェクト第2回公演「リアンスの旗」出演 -シガー大会/WJDin大阪などのイベント運営、統括

2 日 目

ワークショップ名	女子ジャグラーの集い
講師	みずめ
開催日時	10月9日（日）15：00～16：00
開催場所	第3体育室 WSエリアC
到達目標	女子ジャグラー同士が交流を深める中で、ジャグリング的女子力を各々が発見すること。
対象者（レベル）	自分が女子ジャグラーであると思う方、年齢・経験問いません。
ワークショップの構成	自己紹介を中心に、技などの見せ合いも検討。
受講者が用意するもの	いつものジャグリング道具
講師から一言	ちょっと気になるカフェに寄り道～ぐらいの気持ちで来ていただけたら。
講師紹介	JJF2007 CS出場

2 日目

ワークショップ名	ピザ回しを始めよう！
講師	そいそい
開催日時	10月9日（日）15：00～16：00
開催場所	第5体育室 WSエリアE
到達目標	ピザ回しの基本的なやり方を学ぶ
対象者（レベル）	初めてピザ回しをやるひと
ワークショップの構成	ピザ回しの基本の三つの技のやり方を順に教えていきます。
受講者が用意するもの	とくにありません。練習用のピザはこちらで貸し出します（枚数には限りがあります）
講師から一言	ピザ回しって何？という方、ピザ回しワークショップがありますよ。
講師紹介	2010年に思いつきでピザ回しを始める。現在、代々木公園にてピザ回し練習会を主催する一人として活動中。 ピザ回し練習会のURLはこちら→ http://yoyogipizza.com/

2 日目

ワークショップ名	トークセッション：ヨーロッパ最大のジャグリング大会、EJCに行ってみよう！
講師	青木直哉
開催日時	10月9日（日）16：00～17：00
開催場所	第2研修室
到達目標	EJCに行った人、特に今回初めて訪れた方々の経験を共有。行ったことのない人もEJCの様子がわかる。「行ってもいいかもしれないな」と希望、興味を持てるようになる。
対象者（レベル）	EJCに行ったことがある人もない人も、現時点で興味がある方もない方も、どなたでも大歓迎です。出入りも自由です。何回か行っている方も、ぜひ思い出を語りに来てください。
ワークショップの構成	MCを軸に、トークイベント形式で進行予定。過去の参加者の方にEJC体験談を話して頂く。来年、再来年のEJCの話も。最後に質問コーナーも設ける予定です。EJCグッズも配布予定。
受講者が用意するもの	とくになし。もし聞きたいことがある方は質問をご持参ください。あらかじめ聞きたいことなどがある場合は、jugglernaot@gmail.comまで、JJF以前にご意見頂いても構いません。
講師から一言	ワークショップの様子が、メインMCが主宰する「書くジャグリングの雑誌：PONTE」の紙媒体、ウェブ、ツイッターなどに掲載される可能性があります。動画、写真、音声、その他の公開に問題がある方は、ワークショップ前か、終了後にお声がけください。
講師紹介	早稲田大学ジャグリングサークルinfinity出身、「書くジャグリングの雑誌：PONTE」の編集長。（ http://jugglingponte.com ）EJCの自由な楽しさに魅せられ、2012年から通算4回参加。ジャグリングのちょっと違った楽しみ方を提案。

2 日 目

ワークショップ名	大会で勝ちたいかい？
講師	ひろた
開催日時	10月9日（日）16：00～17：00
開催場所	第4体育室 WSエリアD
到達目標	ジャグリングの大会での優勝。
対象者（レベル）	興味があれば誰でもOK！
ワークショップの構成	ジャグリングの大会とはどのようなものなのか、どうすれば勝てるのか、などについて説明させていただきます。説明の後、質問を受け付けます。
受講者が用意するもの	なし。
講師から一言	ジャグリングの大会で勝てば、自分のジャグリングに自信がついたり、多くのジャグラーに知ってもらえたり、就活などで話のネタにできたり、何かと便利です。初心者の方に向けて、気軽に出席される大会についても説明させていただきます。ジャグリングの大会に出場しまくり、個人で11回入賞（うち7回優勝）、チームも合わせれば13回入賞した僕の経験を、少しでもみなさんの糧にして頂ければ幸いです。
講師紹介	2013年 三玉王優勝 2014年 じゃぐなぎ杯優勝 2014年 IJA個人部門優勝 2015年 じゃぐなぎ杯優勝 2015年 中部学生ジャグリング大会 男子個人部門 3位 2015年 中部学生ジャグリング大会 チーム部門 2位 2015年 ボールジャグリング競技会 3ボール部門 優勝 2015年 ボールジャグリング競技会 4ボール部門 優勝 2015年 ボールジャグリング競技会 総合部門 2位 2015年 JJFチャンピオンシップ チーム部門 2位 2016年 MOYOSTAGE 雑技部門 優勝 2016年 フィニプロ トスフリー部門 3位 2016年 三玉王 3位 2015年にはじゃぐなぎ杯ビギナー部門の審査員をさせていただき、2016年には中部学生ジャグリング大会の審査員をさせていただきました。

2 日 目

ワークショップ名	トリックロープ
講師	松岡寿典
開催日時	10月9日（日）16：00～17：00
開催場所	第5体育室 WSエリアE
到達目標	ロープが回る原理を知り、回せるようになる
対象者（レベル）	初心者～回せる人まで
ワークショップの構成	1. トリックロープの解説 2. フラットロープの回し方 3. スポークジャンピングとメリーゴーラウンド 4. キャッチ 5. ウエディングリング 6. その他
受講者が用意するもの	トリックロープ(あれば) なければ貸出用が10本あります。
講師から一言	トリックロープを回す機会はどうそうないと思います。年に一度のJJFでぜひ。
講師紹介	今年はEJCのオープンステージでロープを回してきました。終演後にバックステージに小学生くらいの子が親を連れてきて「ファンです握手してください」と言われました。トリックロープやっててよかったと思った瞬間です。子供も大人も楽しめるトリックロープ、始めてみませんか？

3 日目

ワークショップ名	Working on playing
講師	デフラクト
開催日時	10月10日（月）10：00～11：00
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	創作の喜び。反復することの特質を知る。楽しむこと。
対象者（レベル）	やる意志があれば誰でも。
ワークショップの構成	技術と創造のワークショップ。 デフラクトのジャグリングに対するビジョンを体感しながら、短いいくつかのセッションを集中的に行います。 テーマは： - 技術的な基礎 - リズミカルで視覚的なジャグリング - 創作と書く事のプロセス 目的は、デフラクトの創作過程を体感し、一緒に楽しんでもらうこと。 限界や約束事の探求と挑戦。 動きが自分のものになるまで、同じ動きを繰り返すことに、身を任せてください。
受講者が用意するもの	ボールをひとり1個（はずまないもの） 動きやすい服装（運動用パンツ、Tシャツ、運動靴など）
講師から一言	総合的なワークショップの目的は、デフラクトの創作過程を体感し、一緒に楽しんでもらうことです。 私たちは、技術的なツールを、創作のために使用します。 自身の限界を発見するまで、動き続けます。
講師紹介	

3 日目

ワークショップ名	コンバット練習会
講師	鈴木
開催日時	10月10日（月）11：00～12：00
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	コンバットを楽しむ
対象者（レベル）	3クラブもしくは2デビルがそこそこ続く人
ワークショップの構成	最初に軽く自己紹介をしたあとはひたすらコンバットをする会です。実戦あるのみ！
受講者が用意するもの	クラブ3本、もしくはデビルのCS2本&HS2本
講師から一言	途中参加・途中離脱歓迎です。特に順位付けはしないのでルールは細かく指定しませんが、怪我をしない・させないように楽しみましょう。万が一負傷等が発生した場合には自己責任ということでお願いします。
講師紹介	http://fightnightcombat.com/player-678.html

3 日 目

ワークショップ名	optica流動画作成術
講師	Yu
開催日時	10月10日（月）11：00～12：00
開催場所	第2研修室
到達目標	かっこいいPVを作りたくなった時にやるべき事が分かる
対象者（レベル）	かっこいい動画を作りたい人、今後撮りたくなるかもしれない人、opticaファン、合法的にYuさんを見つめたい人
ワークショップの構成	①opticaとは ②機材紹介 ③作成の流れ ④撮影 ⑤編集 ⑥その他 ⑦質問コーナー
受講者が用意するもの	（任意で）筆記用具、ノート
講師から一言	やり方さえわかれば最初は時間がかかっても、難しいことはありません。ジャグリングの上達の方がよっぽど大変です！
講師紹介	加藤悠(optica) HP: jugglingpv.com

3日目

ワークショップ名	ベアリングディアボロ応用編
講師	渡邊隼人
開催日時	10月10日（月）14：00～15：00
開催場所	大体育室 WSエリアA
到達目標	ベアリングディアボロの楽しさに目覚める
対象者（レベル）	中級～上級者
ワークショップの構成	1ディア、2ディア、それぞれの応用編
受講者が用意するもの	ベアリングディアボロ2個、スティック
講師から一言	まだまだ可能性の広がる、ベアリングディアボロの技の数々。ぜひ受講して、新技を開発してください。
講師紹介	普段はナランハの社員として働きつつ、ディアボロなどの大会に出場。 通称「メダルじゃらじゃらおじさん」

3 日目

ワークショップ名	クラブバレーを楽しもう
講師	村上裕亮
開催日時	10月10日（月）15：00～16：00
開催場所	第3体育室 WSエリアB
到達目標	クラブで遊ぶスポーツ「クラブバレー」の（日本版）ルールを理解し、実際にやってみる。
対象者（レベル）	3クラブカスケードが3キャッチ以上できる方、もしくはクラブをやったことはないが他のトスがある程度できて同等以上のレベルを有すると思われる方
ワークショップの構成	TBD（ルール説明と実際にやってみる時間は必ず設けます）
受講者が用意するもの	クラブ2本（なくても可。お持ちの方は他者のものとは基本混ざらないが、念のため自分のものと分かるようにしてください）
講師から一言	講師から一言 クラブバレーは2015年7月から東京を中心に始まった、ジャグリングとバレーボールを組み合わせたスポーツです。ドイツのルールが本家のようなのですが、ルールを日本のレベルにローカライズし、初心者でも上級者でも楽しめるようになっていきます。クラブバレーと聞くと、クラブを相手コートに投げ込む激しいスポーツのイメージがあるかと思いますが、クラブの投げ方や回転数に制限があり、人同士の接触もほとんどなく、怪我の少ないスポーツです。スポーツを通してクラブパッシングの力を付けることも可能です。 実際のゲームの様子をまとめた動画を作成いたしました。 名ラリー集：https://www.youtube.com/watch?v=r1egJspwIMU アタック・ブロック集：https://www.youtube.com/watch?v=s-LV8t7G0lw
講師紹介	村上裕亮（むらかみ・ゆうすけ）：2005年にジャグリングを始める。2011年東京大学マラバリスト第20代部長。2013年クラブパスチーム「The Pastels」最年少メンバーとしてIJAに出場し優勝。2015年7月から東京でクラブバレーを始め、競技人口の拡大をもくろむ。