

JJF2011ワークショップスケジュール

日付	大体育館		中体育館		第1研修室
10/8	A会場	B会場(orマットエリア)	C会場	D会場	
12:00~	傘と鞠の曲 入門(黒瀬)	Shake a GO! GO!(基礎編)(米屋)	ボディスロー初級(市川)	○	
13:00~	けん玉初級教室(嶋寺・坂本)	ジャグリング検定事前説明会(森田・鶴見)	バウンスサイトスワップ(古賀)	○	
14:00~	はじめてのクラブパッシング(今瀬・篠田)	○	トリックロープ入門(松岡)	○	

10/9	A会場	B会場(orマットエリア)	C会場	D会場	
10:00~	3リング基礎・応用(松村・柴田)	コンタクトジャグリングマルチボールワークショップ(桜井)	3DIABOLO TRICKS 初級(浦和)	【ジャグリング検定】	
11:00~	けん玉中級教室(嶋寺・坂本)	技の発表会からルーティンへ(ぱわあ)	3ボールジャグリング(YURI)	【ジャグリング検定】	
12:00~	【エンデュランス】	インプロ(しえん・ぱわあ)	ポイのきれいな回しかた(KiM)	なかよくクラブテイクアウト(チームなかよし)	舞台化粧基本編 ~あなたの仮面つくります~(ヒマ子)
13:00~	【エンデュランス】	シングルボールコンタクトジャグリングワークショップ(テッスイー)	フラワースティック初級(サンさん)	DANCEスキスキ~初級(みずめ)	第10回サイトスワップシンポジウム(正式名「[SSSa]」): サイトスワップ上級(西野)
14:00~	【エンデュランス】	シガーボックス・中上級(萩原)	ハットしてみる? ~ハットジャグリング初級~(Dee)	ボディーロール・ストール上級(やなぞー)	
15:00~	【ゲーム】	リングでつながる輪(柴田・松村)	フラワースティック中上級(サンさん)	「インプロルーティン発表会」(岡本・深河)	
16:00~	【ゲーム】	ボールジャグリング練習法(中野慧)	からだづくり はじめの一歩(ぱわあ)	クラブ中級~上級(たくぞー)	

10/10	C・D会場
9:50~	Zho Zho Blue
10:50~	天平 & CONRO
11:50~	AJ Silver
12:50~	Sean Blue

※【】内はワークショップ以外のイベントです。

※スケジュールや内容は予告なく変更になる場合があります。ご注意ください。

※当日、会場のスケジュール表で確認をお願いいたします。

ワークショップ担当たまき作成
ver.7(111007)

10月8日(土) 12時～

講座名

傘と鞠の曲 入門

講師名

黒瀬博靖

目標

主に初心者を対象に、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

誰でも

構成

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。鞠が回る方を対象に乱回しの練習方法を教えます。

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)。

講師紹介

<http://juggling.blog.shinobi.jp/>

講座名 ボディスロー初級

講師名

市川卓

目標

ボディスローの練習方法と投げ方のコツを覚える！

対象者

ビハインドザバック、ビハインドザネックを投げてみたい人

構成

1. ボディスローの練習方法
2. ビハインドザバックの解説、実技
3. ビハインドザネックの解説、実技
4. ボディスローの投げ方、組み合わせについて

受講者が用意するもの

ボール3つ

講師から一言

ボディスローが投げられるようになると、技のバリエーションがグッと広がります！ボディスローの練習を始めるきっかけになればと思います。気軽にご参加ください！

講座名

Shake a GO! GO!(基礎編)

講師名

米屋 遊

目標

シェーカーカップの楽しさを知ってもらう。

対象者

はじめてやる人、やり方がわからない人。

構成

シェーカーカップの持ち方、投げ方、触り方からやります。

受講者が用意するもの

体育館シューズ。

シェーカーカップ。

痛くても我慢する心。

講師から一言

マイナーな道具故、中々浸透していかないの、今年もやります。

初心者がいっぱい集まると嬉しいです。

A B 3カップのオールリリース以上が出来る人は、こっそり集まりましょう。

C D

10月8日(土) 13時～

講座名

けん玉初級教室

講師名

嶋寺克彰、坂本顕大

目標

けん玉の級の技を体験し、基本的な動作を習得する。

対象者

けん玉が初めての方～けん玉の初級者(玉を皿に乗せられる程度)

構成

- 級の技体験
大皿、小皿、中皿、ろうそく、とめけん、飛行機、ふりけん、
日本一周、世界一周、灯台、もしかめ
- 段の技・高度な技のデモンストレーション
- 級位認定会

受講者が用意するもの

ご自分のけん玉をお持ちでしたらご持参ください。
お持ちでない場合は、こちらで貸し出し用のけん玉を20本程度用意します。

講師から一言

数千～数万あると言われるけん玉の技の基本をご紹介します。
ワークショップの最後に、ご希望の方を対象に級位認定会を行なう予定です。

級位に応じて、日本けん玉協会公式の認定書を発行させていただきます。
ぜひチャレンジしてみてください！

講師紹介

嶋寺克彰(しまでら かつあき)

- けん玉道六段、日本けん玉協会公認1級指導員
- 2002 全日本学生けん玉選手権大会 優勝
- 2002,2004 日本けん玉協会空中技研究学会杯 優勝
- 2007 全日本けん玉道パフォーマンス大会 準優勝
- 2011 European Kendama Championship 第3位

坂本顕大(さかもと けんた)

- けん玉道五段、日本けん玉協会公認2級指導員
- 2009,2010 日本けん玉協会空中技研究学会杯 優勝
- 2010 全日本けん玉道パフォーマンス大会 優勝
- 2010 JSJF(日本高校生ジャグリング大会) 準優勝

講座名

ジャグリング検定事前説明会

講師名

森田智博、鶴見哲也

目標

ジャグリング検定の受検方法および各検定技の合格基準を理解する

対象者

ジャグリング検定の受検を考えている方

構成

1. ジャグリング検定受検方法の説明
 2. 各検定技の合格基準の説明
 3. 各検定技の練習会
 4. ジャグリング検定の受検申込み受付
- ※説明会参加者のみ受検申し込みができます

受講者が用意するもの

ボール3～5つ(自分が受検する級の技に必要な個数)

講師から一言

JJF2日目午前の検定会の受検を考えている方は、この事前説明会に必ず参加してください。説明会終了時に検定会の申し込み受付を行います。

講師紹介

- 森田智博 段級位認定委員会審議委員・プロパフォーマー
- 鶴見哲也 段級位認定委員会担当理事・日本ジャグリング協会理事長

A B

10月8日(土) 13時～

講座名

バウンスサイトスワップ

講師名

古賀吉晃

目標

バウンスジャグリングでサイトスワップの技を作れるようになる！

対象者

- バウンスジャグリングで技の幅を広げたい方
 - トスジャグリングにバウンスの技を混ぜたい方
- ※ 基本技の3ボールリフトバウンス、フォースバウンスのスキルや、トスジャグリングでの簡単なサイトスワップ(441, 423など)の知識が必要となりますが、これらについては説明いたしませんのでご了承下さい。

構成

- バウンスサイトスワップの表記法
- 423で遊ぶ
- オリジナル技を作ってみる！

受講者が用意するもの

- バウンスジャグリング用ボール(3個以上)
- 筆記用具(必要な方のみ)

※ ボールは持っていない方にも貸し出しをしますが、あまり数は用意しておりませんので、できるだけご持参下さい

※ 筆記用具は絶対必要というわけではありません。オリジナル技を作るときのメモ用にあると便利です。

講師から一言

ボールが飛び散ったときはみんなで助け合いましょう！

講師紹介

mixiでバウンスのコミュニティの管理人やってます

最近放置気味なので盛り上げてくださる方募集中です(笑)

10月8日(土) 14時～

講座名

はじめてのクラブパッシング

講師名

今瀬卓志、篠田大和

目標

クラブパッシング(6カウント)を体験する。できれば4カウントにも挑戦する。

対象者

これからクラブパッシングをできるようにになりたい人。

※クラブカスケードが安定している(200キャッチできる)事。

構成

- (1) 受講レベルの確認、パートナーを見つける
- (2) 投げ方と取り方の練習
- (3) 5本での練習
- (4) スタートの方法とカウントの説明
- (5) 6本での練習(6カウント)

受講者が用意するもの

クラブ3本以上

講師から一言

これは超入門講座なので、既に4カウントができる方には他の講座をおすすめします。

講座ではクラブを例に説明しますが、ボールやリングのパッシングを始めたい方の参加もOKです。

講師紹介

<今瀬卓志>

JJF2005チャンピオンシップ(チーム部門)・決勝進出

JJF2009実行委員長

千葉大ジャグリングチームPossum・OB

<篠田大和>

千葉大ジャグリングチームPossum・3年

講座名

トリックロープ入門

講師名

松岡寿典

目標

フラット・ループを回せるようにする

対象者

どなたでも

構成

- (1) フラット・ループ(水平面にループを回す技)の説明と実践
- (2) 進み具合に応じてメリーゴーランド、スポーク・ジャンピングなどの応用技に挑戦します。

受講者が用意するもの

ロープがあれば持参ください。なくても貸出しロープを用意してます。

講師から一言

トリックロープはカウボーイの投げ縄を操る技術です。

技の見栄えがよく、携帯性に優れているので

いくつか技を覚えればショーのお供に役立つかもしれません。

特にまだ日本では珍しい道具なので始めるなら今がチャンスです!

トリックロープ教本の名著「The Lasso(Carey Bunks著)」の日本語訳を今年から公開しています。無料です。(http://www.ipad-zine.com/b/975/)

またmixi内の「トリックロープ」コミュニティにて動画などの関連情報を確認できます。

講師紹介:

松岡寿典

現所属:中部ジャグリング交流会(CJM)

JJF2010in山口にてCJMの春日井氏よりフラットループを教わり、以来トリックロープに傾倒する。

10月9日(日) 10時～

講座名

3リング基礎・応用

講師名

松村高朗,柴田廣之

目標

リングの技を増やす

対象者

リング初心者～上級者までどなたでも

構成

基礎と応用の2コースに分かれ進めます

[基礎]

ミルズメスなど簡単な技やグライド(スピニング)

[応用]

ボディロール、ショルダーローなど

受講者が用意するもの

リング(少しは用意します)

講座名

3DIABOLO TRICKS 初級

講師名

浦和新

目標

3DIABOLOの技を覚える(初級から中級)

対象者

3ディアボロのミルをそれなりにできる人。

構成

サン、アクセラレーションのような基本技からFTSやボックスなどの中級技までを講師がアドバイスをする。

受講者の用意するもの

ディアボロ

講師から一言

受講者が増え、30人くらいを超えた場合、上の方の方30人に内容の難易度を合わせます。

講座名

コンタクトジャグリングマルチボールワークショップ

講師名

桜井裕介

目標

マルチボールの技を増やす

対象者

マルチボールコンタクトを始めたけどどんな技を練習していいのかわからない人

構成

技の解説と実演、指導

主にやる予定の技:3ボールを中心としたラチェット技のバリエーションをレクチャー。最終的に3～6ボールまでの応用技を行います。

※ラチェット:ボールを動かさず手だけを空回らせる技術

※摩擦の強いボールでは困難なためボールの種類はクリスタルボールであることを前提としています。

スネーク講座:4ボールのスネークのやり方を順序立ててレクチャー。スネークの軌道がなかなか綺麗にならないという方を対象。

テトリス:手順さえ覚えれば誰でもできる4ボールの動きをレクチャー。

受講者が用意するもの

クリスタルボール(3～6球)

講師から一言

マルチボールを始めたけど、どんな技を練習したらいいかわからないという方にオススメです。これを機に色々技を増やすきっかけになれば幸いです。

講師紹介

夢奇房という団体に所属しています <http://www.yume-kibou.com/>

A

C

B

10月9日(日) 11時～

講座名 けん玉中級教室

講師名 嶋寺克彰、坂本顕大

目標

初段取得に向けた応用技の習得
パフォーマンスで使える技の習得

対象者

飛行機、ふりけんが10回中2,3回程度できる方(日本けん玉協会級位で5級～準初段程度)

構成

- 5級～初段の技の体験

飛行機、ふりけん、日本一周、世界一周、灯台、もしかめ、けん先すべり、地球まわし、さか落とし、うらふりけん、宇宙一周、うぐいす、つるしとめけん、はねけん

- パフォーマンスで使える技の体験

- 自由練習

- 級位認定会

受講者が用意するもの

ご自分のけん玉をお持ちでしたらご持参ください。

お持ちでない場合は、こちらで貸し出し用のけん玉を20本程度用意します。

講師から一言

JJFだからこそできる、けん玉の経験者向けの講座です。

講師が一方的に技を紹介するだけでなく、「この技のコツを教えてください！」など、受講者の質問にも積極的に答えたいと思います。

講師紹介

嶋寺克彰(しまでら かつあき)

けん玉道六段、日本けん玉協会公認1級指導員

2002 全日本学生けん玉選手権大会 優勝

2002,2004 日本けん玉協会空中技研究学会杯 優勝

2007 全日本けん玉道パフォーマンス大会 準優勝

2011 European Kendama Championship 第3位

坂本顕大(さかもと けんた)

けん玉道五段、日本けん玉協会公認2級指導員

2009,2010 日本けん玉協会空中技研究学会杯 優勝

2010 全日本けん玉道パフォーマンス大会 優勝

2010 JSJF(日本高校生ジャグリング大会) 準優勝

講座名

技の発表会からルーティンへ

講師名

ばわあ

目標

単調な技の羅列から一歩進んだジャグリングを知らない人向けのステージ用ルーティンを作れるようになる

対象者

ルーティンを作ったことがない初級者から演技を作ったことはあるけどあまりしっくりきてない初中級者まで。

構成

ジャグリングの演技の起承転結とは拍手のもらい方

受講者が用意するもの

ご自分の道具

講師から一言

あくまでルーティンを作った経験の浅い初級者の方に向けた内容です。演技づくりに慣れた中級者以上の方には退屈な内容になると思います。怖いのでうまい人は来ないでください。来たら代わりに話してもらいますからね。

講師紹介

端的に言うと2009カラーコーンの演技(<http://bit.ly/obnbgV>)作った人。フラワースティック×ダンサーの演技(<http://bit.ly/nk2rWh>)やってみたり、ほかのジャグラーの振付や演出(<http://bit.ly/mWRqUF>など)をしたりも。

JJF2008-2010個人部門ファイナリスト

JJF2009 チーム部門銅賞

IJA2011 prop competition single stick部門優勝

10月9日(日) 11時～

講座名

3ボールジャグリング

講師名

YURI(山村佑理)

目標

3ボールで踊る

対象者

どなたでもどうぞ

構成

YURIの考えるボールジャグリングにおける基本技術、ルーティン作りにおける考え方を紹介します。具体的には↓

- 1.基本となる20のボディースロー
- 2.なめらかな動きの作り方
- 3.ルーティン、振り付けを考える etc

少々高度なテクニックにも触れますが、基本的にはボールジャグリング初級者にも対応した内容です。

特に「ルーティン」「演技」を作る上でのヒントがほしい方におすすめです。

受講者が用意するもの

ボール3つ

講師から一言

受講前に体のストレッチをお願いします。

講師紹介

参考URL↓

<http://www.youtube.com/user/JugglerYuri>

http://www.naranja.co.jp/event/school/201107/3ball_yuri/index.html

10月9日(日) 12時～

講座名

インプロ

講師名

しえん、ばわあ

目標

自己をオープンに表現できるようになる。
他者との関係を持ちながら場を作れるようになる。
ルーティンとは異なる創作の可能性を知る。

対象者

創作することに関心のある方でしたら、
どなたでも参加可能です。

構成

簡単なレクリエーションやルールを決めた動作などの
段階を踏みながら、最終的に即興を通じた集団での
場を作り上げていきます。
コンタクトインプロなどのメソッドをジャグリングに
転化したメニューになっています。

受講者が用意するもの

動きやすい服装でお願いします。
ステージボールを持ってる方は持参お願いします。
(※なくてもご参加いただいて構いません。お貸しいたします。)

講師から一言

特に難しいことはありません。
レクリエーション感覚でご参加ください。

講師紹介

参考URL、今後の活動予定

しえん : <http://www.youtube.com/user/SHENNMU>

ばわあ : <http://www.youtube.com/user/hanasakakozo>

講座名

ポイのきれいな回しかた

講師名

KiM

目標

今よりももっとポイの軌道をきれいにする！

対象者

ポイをやろうかなと思っている人から、中上級者くらいまで。

構成

いろいろやります。前回しとか後ろ回しとかをたくさんやります。

受講者が用意するもの

ポイ(もし持ってなければ、クラブなどでも大丈夫ですが、ポイの方がよいです)

講師から一言(受講者へのメッセージ、注意事項、補足事項など)

あまり、技の練習をする感じではありません。
基本技があまり出来なくても大丈夫です！
気軽に来てください。

講師紹介

2007年第1回JFFファイアーコンテスト 優勝
2008年JJFチャンピオンシップ 出場

10月9日(日) 12時～

講座名

なかよくクラブメイクアウト

講師名

チームなかよし

目標

ラウンドアバウトまで

対象者

クラブパッシングが出来る人

構成

やさしいパスとおもいやりのある手渡し

受講者が用意するもの

クラブ必要数 やさしさ・いたわり・おもいやり

講師から一言

クラブパスに、何かを加えたいと思っている方にお勧め。

ちなみに、中の方は、クラブが出来なくても可能です。

講師紹介

www.youtube.com/watch?v=e6MEkSgJvUo

www.youtube.com/watch?v=Aasf0sZSpAQ

D

講座名

舞台化粧基本編 ～あなたの仮面つくります～

講師名

ヒマ子(暇人久町)

目標

自分に合った舞台用メイクを見つける、できるようになる。

対象者

どなたでも、舞台化粧に興味のある方。
メイク係をやってみたいと思っている方。

構成

化粧道具類確認

ベース

シャドウイング

アイメイクを中心に仕上げ

受講者が用意するもの

●必須:タオル(終了後の顔洗用)

※化粧品にアレルギーのある方は、持っている化粧道具一式

※最低限、アイライナーとアイシャドウをお願いします

●あったら:

ちょっとハデすぎたり変な色だったり、買ったのを後悔してるアイシャドウなど

つけまつげ、ラインストーンなど

当日持ってきている化粧品

講師から一言

特殊メイクは扱いません。

一般的なメイク道具でできる範囲で行います。

女性向けかとは思いますが、男性も、化粧をしたことない方も歓迎します。

みんなで和気あいあいと、楽しくできたらと思います。よろしくお願ひします。

講師紹介

ポイを始めて早6年目、大学院生の暇人です。

ご近所のジャグリングサークル巡りから、時にはヨーロッパのコンベンションまで、何でも首を突っ込みます。

(でもビビリなので火は滅多に回しません。)

いろいろなサークル・舞台に関わっていくうちに、メイク係もできるようになりました。

ジャグラーが舞台化粧したらもっと素敵なステージになると思っています。

10月9日(日) 13時～

講座名 シングルボールコンタクトジャグリングワークショップ

講師名 テッスイー

目標 アイソレーション、基本的なボディロールを修得する

対象者 1ボールコンタクト初心者

構成

・アイソレーション講座: パームサークルの基本的な練習法から、より綺麗に見せる方法を解説します。その他に、エニグマ等、基本的なアイソレーションの動きをいくつか紹介します。

・ボディロール講座: バタフライとアームロールを中心に解説したいと思います。

リクエストがあれば、チェストロール、首の後ろロール、ヘリックス等、何でもやります。

・ストール講座: 主に外側エルボーストールの練習法を解説します。

受講者が用意するもの

クリスタルボール、ステージボール等、ボディロールが出来る玉

講師から一言

一応初心者向けにしてありますが、上級者も楽しめるようなマニアックなことも時折入れる予定です。

講師紹介

http://www.geocities.jp/yoss_tessy/

このHPでコンタクトジャグリング講座というのをやっているの、

日々の練習や予習に役立ててください。

講座名

フラワースティック初級

講師名

サンさん

目標

ベルスウィングの習得+α

対象者

フラワースティックに興味のある全ての方、デビルとの違いを知りたい方

構成

フラワーの大きな特徴であるベルスウィングおよび簡単な派生技を練習します。

受講者が用意するもの

フラワースティックと柄のある傘。持っていない場合は貸し出します。

講師から一言 れっつえんじょいふらわー！

講座名

DANCEスキスキ～初級

講師名

みずめ

目標

DANCEが楽しいと思ってもらう

対象者

DANCEを始めたいと思っている人、表現に力を入れたいと思っている人

構成

きれいな立ち姿勢や体重移動のコツと、応用編AKB48ヘビーローテーションを使った表現の仕方

受講者が用意するもの

恥じらわない心

講師から一言

楽しく踊りましょう♪

B

D

C

研修室

講義名

第10回サイトスワップシンポジウム(正式名「[SSSa]」): サイトスワップ上級

講師名 (主催) 西野順二

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

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。

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。

受講時用意する物

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 <http://www.juggling.jp/siteswap/symposium.html>

講座名

シガーボックス・中上級

講師名

萩原大輔(竜半)

目標

シガーボックスの少し難し目の技を練習しよう。

- ・レインボー
- ・大回転バックキャッチ
- ・ダイヤモンド

対象者シガーボックスの基本技クラスは一通りできている人が**対象**です！**構成**

- 1) 受講者レベル確認
- 2) 理論
- 3) 実技 実技中心です。
- 4) 質疑応答

受講者が用意するもの

シガーボックス。4つ準備できる方は4つ持参してください。

講師から一言

このところ、シガーボックスの日本人のレベルは飛躍的に向上しているため、

若干難易度の高めの技を中心に行いたいと思います。

シガーボックスの楽しさに目覚めた人の参加をお待ちしております。

講師紹介

竜半と申します。「ドラゴンの挑戦」というホームページを運営しております。<http://fine.tok2.com/home/ryuhan/> どうぞよろしく。今年「大道芸ワールドカップ」のオフ部門に居候のドラゴン、ヒョウガ君も参加するので静岡にお越しの際は是非ともご覧くださいませ。

B C**講座名** ハットしてみる? ～ハットジャグリング初級～**講師名** Dee**目標** ハットジャグリングの楽しさを知ってもらう。**対象者** ハットやってみてみたいなって思ってる/興味持ってる人**構成**

3～4つくらいのハットのスタンダードな技のレクチャーと、それを使ったルーティンの実演。

受講者が用意するもの

ジャグリングに使える帽子

※無くてもOKです。少し余分に用意します。

講師から一言

ハットが好きの人、興味持ってる人、やってみてみたい人、是非どうぞ。

参加者のレベルは問いません。和気あいあいと楽しみましょう。

講師紹介

竜半さんが代表の「じゃぐなぎ」に所属しています。

浜松で飄々とジャグリングを楽しんでいます。

D 講座名 ボディーロール・ストール上級**講師名** やなぞー**目標**

難易度の高いストールや、ヘッドロール、2ボールボディーロールの基本と練習方法を習得する。

対象者

バタフライ、チェストロール、フォールディングライン等、基本のボディーロールが安定してできる方。

構成

- (1) 基本的な2ボールボディーロール紹介
- (2) 2ボールアームロール練習方法
- (3) 2ボールチェストロール練習方法
- (4) ヘッドロール練習方法
- (5) 肘、手首ストール応用

時間が余ったらステージボールを使ったコンタクトジャグリングについていくつか

受講者が用意するもの

ボディーロールができるボール2つ以上。メタルボール、クリスタルボール不可。

講師から一言 新しい技術に挑戦するきっかけとなれば幸いです

10月9日(日) 15時～

講座名

リングでつながる輪

講師名

柴田廣之,松村高朗

目標

- ①リングジャグラー同士の交流
- ②一つ技を覚える!
- ③リングの知名度up

対象者

リングが好きな方

構成

講師が一方的に教えるのではなく、みんなで技を見せあい、教えあいができる場にしたいと思います。

受講者が用意するもの

リング(サイズは自由)

講師から一言

みんなでリングの可能性を追求し、楽しい時を過ごしましょう。

B

講座名

フラワースティック中上級

講師名

サンさん

目標

ベルスウィングの応用技のコツを掴む

対象者

ベルスウィングとラップ等の簡単な派生技ができる方

構成

カマイタチ、ラッピングキック(ラップからの派生技)等の練習。その他のリクエストにも柔軟に対応します。

受講者が用意するもの

フラワースティック

講師から一言

より深くフラワーの世界に堕ちてみませんか?

C

D 講座名

「インプロルーティン発表会」

講師名

岡本晃樹 深河晃

目標

自分の気持ちのいい音の使い方を発見する

対象者

ジャグリングしたままそれなりに動ける人

構成

ワークショップ、と言うよりはほとんど遊び企画です。

構成を決めずに即興でどこまで曲にあわせられるか。

楽しいし、いきなりやってみる事で新しい動きが突然生まれてくる事がよくあります。

レクチャー形式ではなく、いきなり参加者の発表形式になります。

なので人数を限らせてもらう場合があるかもしれません。

受講者が用意するもの

自分の道具と健康な体

講師から一言 たのしいよ!(by るき)

10月9日(日) 16時～

講座名

ボールジャグリング練習法

講師名

中野慧

目標

ボールジャグリングの練習に際して留意すべきポイントのいくつかを理解する。

対象者

全くの初心者の方でも大丈夫です。

上限は、5カスケードはそこそこできるけれど、6～7ボールはほとんど手を出していない、というくらいの方まで。

ずっと練習しているのになかなか上手にならないという方は、なにかしら上達のためのヒントを得られるかもしれません。

構成

「口頭での説明→実践と個別アドバイス」の流れを、3つのポイントについて行なっていきます。

説明は基本パターン(カスケード・ファウンテン)を念頭においていますが、練習するパターンは何でも構いません。

受講者が用意するもの

ご自身が練習したいパターンに見合った数のボールをお持ちください。

多少なら貸し出しできます。

講師から一言

受講者一人ひとりにできるだけ細かくアドバイスをしていきたいと思っています。人数が多い場合は初心者・初級者へのアドバイスを優先させていただくことになると思いますので、ご了解ください。

講師紹介

ジャグリング歴10年。

10月9日(日) 16時～

講座名

からだづくり はじめの一步

講師名

ばわあ

目標

舞台人にふさわしい身体への第一歩を踏み出す

対象者

ジャグリングをパフォーマンスとして見せたい方。もしくは健康な身体が欲しい方。ジャグリングの技術レベルは一切関係ありません。

構成

音に合わせたストレッチ

音に合わせた簡単な筋トレ

歩行練習(歩く動作を通じて自分の身体の癖を知る)

受講者が用意するもの

動きやすい服装

講師から一言

どんなに難しくてかっこいい技も、だらしのない姿勢で見せられたら幻滅されてしまいます。舞台に立つ上で恥ずかしくない身体のためのはじめの一步を踏み出しましょう。※この講座を受けてもマツチヨにはなりません。

講師紹介

端的に言うと2009カラーコーンの演技(<http://bit.ly/obnbgV>)作った人。フラワースティック×ダンサーの演技(<http://bit.ly/nk2rWh>)やってみたり、ほかのジャグラーの構成振付(<http://bit.ly/mWRqUF>など)をしたりも。

JJF2008-2010個人部門ファイナリスト

JJF2009 チーム部門銅賞

IJA2011 prop competition single stick部門優勝

講座名

クラブ中級～上級

講師名

たくぞー(佐々木琢衛)

目標

3クラブの技を増やす。4&5クラブに挑戦する。

対象者

3クラブカスケードが安定していて、ある程度の基本技が出来る方。

構成

(1)3クラブの技の紹介と練習

(2)4クラブファウンテン・5クラブカスケードの練習方とコツなどを知る

受講者が用意する物

クラブ5本。クラブを愛する心。

講師から一言

練習法やコツなどを解説していきたいと思います。下記の技などをやっていく予定です。

甲斐性のつけ方、キックアップ、チンロール、バッククロス、ハーフターン、マルチプレックス、4クラブファウンテン、5クラブカスケード。時間が余ればクラブジャグラー同士の交流の時間にしたいと思います。

講師紹介

川口駅前ジャグラーズハイ代表。クラブを愛して9年。

10月10日(月) 9時50分～

★ゲストワークショップ

Zho Zho のワークショップ

タイトル

あなたの声を見つけよう

目標

自分の声について探求し、即興を学ぶ

対象レベル

誰でも

内容

自分がどんな声を持っているかを探り、作曲し、即興で演じるための練習

道具

想像力と自由な心

Zho Zho's workshop

* Title, Finding your voice

* Goal, Exploring and improvising with your ability

* Level, All levels

* Contents, Exercises for knowing what kind of voice you have, composition and improvisation.

* Message, Bring your imagination and let yourself go.

10月10日(月) 10時50分～

★ゲストワークショップ

講座名

デビルスティック 中～上級技

講師名

天平／コン郎

目標

デビルスティックにおいて
道具を活かすことの大切さを知る

対象者

プロペラ、ヘリコプター、ソー等の基本技が安定してる人

構成

チームトリック(2人で行う デビルスティックの技)を含めた中～上級技
後半はインタビュー形式の技説明など
(ルーティンの事など デビルスティック以外の質問も可)

受講者が用意するもの

デビルスティック1セット(2セット以上ある人は2セット)

講師から一言

デビルスティックという非常に地味になりがちなジャグリングで
どこまで発展させることができるか
10年以上 デビルスティックと共に歩んできた2人の講師が
スティッキングの疑問にお応えします。
技の事でもルーティンの事でも 気軽に聞きに来てください。
by天平

デビルスティックってホントは面白いんだよ★

byコン郎

講師紹介

天平

<http://tempei.net/>

コン郎

<http://devilstick.jp/>

★ゲストワークショップ

講座名

トリックロープ バタフライと応用

講師名

AJ Silver

目標

基本技であるバタフライの練習方法を学ぶ

対象者

フラットロープが回せる事が望ましい

構成

1. バタフライの練習法説明(40分程度)
2. 応用技実演
3. 質疑応答

受講者が用意するもの

ロープ、ロープに重さを加えるもの(硬貨、シンブル、銅の針金など)

【ロープ、シンブルは貸出しがあります】

補足事項

バタフライは基本技でありながら、非常に習得に時間がかかる技です。バタフライの先には数多くの優れた応用技があり、とても重要な技でもあります。

是非このワークショップを受けて練習方法やコツを掴んでください。

★ゲストワークショップ

Sean のワークショップ

タイトル

Discovery

目標

新しい視点でジャグリングを考えて創造する

対象レベル

誰でも

内容

技、つなぎ、ルーチンを作る方法を学び、個人、ペア、グループでの練習をする。

道具

ボール、クラブ、リング

Sean's workshop

*Title, Discovery

*Goal, To think about and create juggling in a new perspective.

* Level, All levels.

* Contents, Learn exercises to build tricks, sequences, and routines.

Solo,

Partner, and Group exercises.

* Props, Balls, Clubs, and Rings.