

JJF2014 ワークショップ・ブレイクアウト一覧

最終版

2014年10月6日

ワークショップ担当

<目次>

【ワークショップ】

1. フィニッシュ技を楽しもう！
2. クラブカスケード入門
3. トリックロープ初級
4. はじめてのクラブパッシング
5. 初めてのコンタクトスタッフ
6. リズムに合わせたシガーボックス演技
7. 第13回サイトスワップシンポジウム（正式名「[SSS d]」）：サイトスワップ上級
8. 3セパレートバームロールに向けて
9. エンジョイ ハットジャグリング 1ハット編
10. ピザ回しを始めよう！
11. デュアルへの道
12. 皿回しだってジャグリングです
13. 明日から使えるリングジャグリング
14. 箱の飼い育て方
15. クラブジャグリング初級技講座
16. カホンを使った太鼓の基本
17. バウンスでパッシングをしてみよう。
18. コンタクトアニメーションスタイル
19. パートナーポイ(初級)
20. 傘と鞆の曲 入門
21. ジャグリングで音ハメ(入門編)
22. ジャグリングで音ハメ(応用編)
23. 5ボールオーバーザヘッド
24. フープマニピュレーション入門

【ブレイクアウト】

25. 無所属ジャグラーの集い
26. クラブブレイクアウト
27. いつか出来ると嬉しいコンタクトスタッフ
28. 第4回JJFマスターズの集い
29. ハットブレイクアウト
30. バウンスの集い in JJF2014
31. JJF2014 「カワイイ!!」をみつめたい！
32. デビル・フラワースティックブレイクアウト
33. 女性に間違えられたことがあるジャグラーの集い
34. ディアポロブレイクアウト
35. リング大会 in JJF

【ゲストワークショップ】

36. ながめくらしつ「マルチスローを用いた3人ジャグリングの基本パターン」
37. Florent Lestage「Gesticulating juggling」
38. Etienne Chauzy「3 diabolos tricks」

講座名

フィニッシュ技を楽しもう！

講師名

ひろた

到達目標

フィニッシュ技を楽しむこと。

対象者（レベル）

初心者から超上級者まで

ワークショップの構成

フィニッシュ技(ルーティンの区切りとなる技)をいくつか紹介します。受講者の方々にも実際にいくつか試していただく予定です。

受講者が用意するもの

ボール3つ

講師から一言

もっと色んなフィニッシュ技を試してみたいと考えているその眼鏡っ娘！ぼ、僕がっ、色んなフィニッシュ技を手取り足取り、お、教えてあげまでゆふふふ

講座名

クラブカスケード入門

講師名

種村裕幸

到達目標

3クラブカスケードをきれいにできるようにする

対象者

クラブに触れたことすらない方大歓迎です。そのほか、クラブカスケードできるけどフォームに自信がない、他の道具をやってるけどクラブもやってみたい、来年度の新歓のためにカスケードの教え方を知りたい、ワークショップ参加してみたいけどJJF出場レベルのジャグラーの講座はちょっと敷居が高いなあと思っている方、などなど。WSの内容は昨年とほぼ同様ですが、もう一度参加したいという方も是非どうぞ。

ワークショップ構成

クラブの投げ方を説明した後に、お手本を見せながらクラブカスケードの練習をします。時間が余ったり、要望があればカスケードの次に練習する技の紹介など行います。

受講者が用意するもの

クラブ3本。持っていない方にはこちらから貸出いたしますのでお気軽にご参加ください。

講師から一言

クラブはボールと違って、そもそもどのように投げたらいいかわからないという方も少なくないと思います。また、良いフォームで投げないときれいに見えなかったり、上達が遅れてしまうといったこともあります。クラブジャグリングができるとパッシングやコンバットができてとても楽しいので、ぜひJJFでクラブカスケードを習得しましょう。

※クラブカスケードの「正しいフォーム」は人によって考え方が異なります。本講座で紹介する投げ方は、フォームの一例として参考にしてください。

講師紹介

マラバリスタ所属（8年目）。東京国際ディアボロ競技会2012チーム部門5位。

<http://youtu.be/4mz24vEMQ8E>

<http://youtu.be/MDz54Jp3xi0>

<http://youtu.be/R3VvkkmZt8s>

講座名

トリックロープ初級

講師名

まつおか

到達目標

フラット・ループが回せるようになること

対象者（レベル）

初心者歓迎です。

トリックロープをもってるけど使い方が分からない人

回し方を忘れてしまった人

ワークショップの構成

フラットループの回し方をくわしくおしえます。

余裕があれば投げ縄キャッチをおしえます。

受講者が用意するもの

トリックロープ（なくても貸し出し用を準備していきます。）

ロープで捕まえやすそうなもの(かばん、道具、こどもetc…)

講師から一言

フラットループはこのページの動画でやっている技です。

<http://www.bookofcool.com/explore/player/?id=1087&type=video>

ロープが回ると楽しいです。

回ったロープの中に入るともっと楽しいです。

講師紹介

トリックロープの教本はPDFファイルで公開中です。

<http://www.ipad-zine.com/b/975/>

(“直接ファイルを開く”でPDFを開けます。)

講座名

はじめてのクラブパッシング

講師名

くったん

到達目標

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（レベル）

これからクラブパッシングをできるようになりたい人。
※クラブカスケードが安定している（200キャッチできる）こと。

ワークショップの構成

- (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本に挑戦

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。
クラブパッシングを覚えて、世界中のジャグラーとパス・コミュニケーションしましょう！

講師紹介

くったん（今瀬卓志）
JJF2005 チャンピオンシップ・チーム部門 決勝進出
JJF2009 in Chiba 実行委員長
千葉大ジャグリングチーム Possum OB

講座名

初めてのコンタクトスタッフ

講師名

さんちゃん（三宮 央意）

到達目標

コンタクトスタッフの基本技と練習方法を知る

対象者（レベル）

特になし 未経験者大歓迎！（強いて言えばフィギュアエイトが出来ると少し楽？）

ワークショップの構成

コンタクトスタッフの基本

縦回転の技とその練習

横回転の技とその練習

それ以外の技（時間があれば）

受講者が用意するもの

自分で使うスタッフ（申し訳ありませんが、こちらで用意出来るスタッフはほぼありません）

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）

コンタクトスタッフを世に広めたいと思い、講座を開くことにしました。内容は初心者向けのコンタクトスタッフの技を中心に、皆で練習する形になります。全身を使うことが多いので、事前に柔軟などの準備体操をしておくことをお勧めします。講座の内容が身につけている人は、一緒に未経験者などに指導してもらえると助かります。なお、WS時間外でも声をかけて頂ければいつでもお教えします。

講師紹介（HPリンク、今後の活動予定、など）

世にコンタクトスタッフが広まることを願う変人。理由は自分の知らない技を誰かが作って欲しいから。あと、一応JJF2007チャンピオンシップの3位です。

講座名

リズムに合わせたシガーボックス演技

講師名

萩原大輔（竜半）

到達目標

シガーボックスでルーチンを作る時意識すべきことを学ぶ

対象者（レベル）

シガーボックス使いで、初～中級を自称されている方。

中抜き・外抜き・両抜き・大回転及びそのレベルの技を一通りできる方が対象。

ワークショップの構成

- 1) 受講者のレベル確認
- 2) 講義 4拍子の曲のリズムの取り方
- 3) 実技

受講者が用意するもの

シガーボックス3つ ある人は4つ

講師から一言

ごく一般的なパフォーマンスをする際に使えるようなテクニックをお教えします。

JJFのような超上級の演技を目指す内容ではありませんが、

基本として抑えておくべき内容と思いますので、上級者の冷やかしも歓迎いたします。

講師紹介

竜半です。「ジャグリングドラゴンヒョウガ」のマネージャー兼運転手をしております。最近は何っきり大道芸イベントばかりに出ておりますが、是非とも応援よろしくお願いたします。

↓ウェブサイト URL

<http://fine.tok2.com/home/ryuhan/>

講義名

第13回サイトスワップシンポジウム（正式名「[S S S d]」）：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。

備考

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。

講座名

3セパレートパームロールに向けて

講師名

大村周平

到達目標

3セパレート習得のための理論、練習方法などを理解する。

対象者（レベル）

完全初心者～2パームロール安定

ワークショップの構成

前半 初心者向け

パームロールに初めて触れる人に向けて、2ボールでの基礎を解説します。

後半 中級者向け

3セパレートパームロール習得理論を解説します。

受講者が用意するもの

ボール4個

推奨：60-70mm程度の球形ボール。

クリスタルである必要はありません。シリコンボール、ステージボール、MMX、シリックスなどの摩擦のあるボールを推奨します。

シリコンボール63mmと重量、質感ともに似ているラクロスボールが一つ200円程度と安価であるため、練習用ボールとしてオススメです。

講師から一言

パームロールはマルチコンタクトジャグリングの基礎になります。

ボールが接触してはいけない3セパレートパームロールは難易度が高いですが、その分習得した時の達成感は格別です。

すぐに身につくスキルではありませんが、地道に回していきましょう。

参考動画：

Tony Duncan

<https://www.youtube.com/watch?v=TJaok-sqw7k>

講座名

エンジョイ ハットジャグリング 1ハット編

講師名

トラヨシ

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) 教えた技を組み合わせた、簡単なショートルーチンができるようにします。
- (4) 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

ハット持ってな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。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

講座名

ピザ回しを始めよう！

講師名

そいそい

到達目標

ピザ回しの基本技であるトス、手に持ったまま回す技、そして指回しの練習の仕方が分かるようにする。

対象者

ピザ回しをやったことがない人、やっているけど教え方が分からない人

ワークショップの構成

ピザ回しの三つの基本技、トス、ウィップ、そして指回しのやり方を教えていきます。まず、ピザを水平にトスする技、さらにウィップという手に掴んだまま回す技、そして水平トスから指回しに移行する時の指の置き方などを順番に指導していきます。

受講者が用意するもの

不要です。こちらで用意します(枚数には限りがあります)。

講師から一言

ピザ回しという新しいジャグリングの始め方を教えます！プルプルとした不思議な感触の道具を操る楽しさをぜひ味わってみてください！注意点についてですが、事前に参加者の方がたで可能な限り爪を短く切っておいて頂けると、ピザ回し用のラバーが痛みにくいので大変助かります。当日はよろしくお願ひしますー。

講師紹介

毎月東京の代々木公園を中心にピザ回し練習会を開催。下記のブログで練習会の情報を更新しております。

<http://pizzasoyx2.blogspot.jp/?m=1>

第四回ジャグリングジャムセッション関東大会フリースタイル部門1位

<http://youtu.be/s0QM2OH9Rhw>

講座名

デュアルへの道

講師名

ray

到達目標

デュアルプロペラ、デュアルアイドリングをやるにあたっての練習方法とポイントの理解。続けるために必要な意識の使い方などをできるようにする。

対象者

デュアルプロペラ→両手とも、プロペラが100回を超えている人。(初級レベル)

デュアルアイドリング→アイドリングを意識せずに続けられる人。(初級レベル)

受講者が用意するもの

デビルスティック二本(重さを統一するとやりやすいです。)

講師から一言

rayです。僕はまだジャグリングを始めて3年目と、歴としては浅く、デュアルプロペラやデュアルアイドリングができなかった頃の記憶が鮮明に残っています。今回のデュアルの基礎講座は、「デュアルをやっている人たちに声をかけづらい」「交流会は自分はまだ下手だから行きづらい」そのような思いをしている人たちのための講座です。デュアルができなかった頃に、「なににつまづいていたか」を覚えているからこそ、それを受講者さんたちに伝えたいと思います。ぜひ、デュアルを習得して、自信をつけてJJFを楽しんでください(*^^*)

講師紹介

ファンタスティック2013 スティックキング3位

第4回JSJF出場

<https://m.youtube.com/watch?v=esiJX12ZbAE>

講座名

皿回しだってジャグリングです

講師名

まさやん

到達目標

ジャグリングっぽい皿回しの技を習得する。

対象者（レベル）

初めて～常連さんまで

ワークショップの構成

参加者の到達度をみながら、皿のまわし方、投げ方、2スティックのイントロダクションと進めていきます。

受講者が用意するもの

皿、スティック2本。少数ですが貸し出しは可能です。

講師から一言

普段あまり練習しない道具だと思いますが、この機に皿回しに触れてみてはいかがでしょうか？

講師紹介

<https://www.youtube.com/watch?v=hayBz0MEp1g>

講座名

明日から使えるリングジャグリング

講師名

小林智裕

到達目標

1～3リングの基本的な扱い方と、それを組み合わせた短いシークエンスを習得する

対象者(レベル)

初心者歓迎。中・上級者の方にはレベルに応じて発展技を紹介していきます。

ワークショップの構成

基本要素を分解して練習します。

- ・トスの基本
- ・身体各所でのストール
- ・フラリッシュ
- ・ロール
- ・スピニング
- ・グラインド
- ・アイソレーション

最終的には、以上を組み合わせた30秒程度のシークエンスの習得を目指します。

受講者が用意するもの

リング3枚をご用意ください。ラージ・ノーマル等種類は問いません。ラージリングは多少余分に用意します。

講師から一言

リングジャグリングは競技人口も少なく、技の習得やルーティンの組み方などハードルが高く感じることもあるのではないのでしょうか。今回は基本技とそれを組み合わせた短いシークエンスを習得していただき、今後リングでルーティンをつくる際の一助としてもらえればと思います。

講師紹介

ジャグリング歴12年。JJF2005CS個人部門優勝。

2015年2月10日(火)・11日(水・祝)に舞台公演主催します。詳細は

Twitter:@kuutenkidouで。

講座名

箱の飼い方育て方

講師名

J I N

到達目標

自分の道具を好きになる。

対象者

どなたでも（シガー以外の道具の方も歓迎）

ワークショップの構成

J I Nがシガーボックスについて話したり、みんなでシークエンスやポージングを考えたりします。

受講者が用意するもの

シガーボックス3つ、または自分のジャグリング道具一式

講師から一言

自分の道具ともう一度向かい合うワークショップです。シガー中心になりますが、他の道具の方も大歓迎です。

講座名

クラブジャグリング初級技講座

講師名

内村安伸

到達目標

アンダー・ジ・アーム、ビハインド・ザ・バックを習得する。

対象者（レベル）

クラブ初級者の方(3クラブカスケード300キャッチくらいできればok)

ワークショップの構成

1本を使ってノブを利用した投げ方の練習

各技への入り方の練習。

カスケードから各技へ移行。

受講者が用意するもの

クラブ3本

講師から一言

初級者から受講できます。

今回修得する投げ方は色々な技に応用がききますので是非覚えていってください。

最終的にはバッククロスを目指す練習にしていきたいと思っています。

講師紹介

EJC2003ゲストステージ ジャグリングオーケストラ出演

ニコニコ動画にジャグリング講座あげています。

<http://www.nicovideo.jp/watch/sm1641676>

講座名

カホンを使った太鼓の基本

講師名

井出スサーン

到達目標

ゆっくり簡単なパターンの叩き方ができるまで。

対象者（レベル）

太鼓に興味があるなら誰でも

ワークショップの構成

胴体でのリズムカウント取り→講師が叩く→みんなが叩く。

受講者が用意するもの

あればトランク、段ボール箱等叩けるものを。あれば、できればです。

講師側でもいくつか段ボール箱を用意しますので空身でもけっこうです。「叩き方」が伝われば。

講師から一言

太鼓も「物体に対し一定のリズムで何かをする」といったとらえ方をすればジャグリングです。

WSのあとにはダグルにも応用できる「裏拍」の取り方も身につけていることでしょう。

リズムを味方にできればあなたのジャグリングプレイも断然かっこよくなる！！

講師紹介

井出スサーン/内装屋 三六堂（サブロクドウ）/手芸家/ながめくらしつ、コントーションサークル ノガラ等の舞台装置を製作/デビルスティックプレイヤー/デビルダグルに挑戦中

講座名

バウンスでパッシングを試みよう。

講師名

こうぼくず(かなくぼ、こぼやし)

到達目標

バウンスでパッシングを楽しめるようになる

対象者 (レベル)

バウンスボーラーの方、バウンスボールでパッシングを試みたい方

ワークショップの構成

6から11個までの2人のパッシングのやり方や、ボールを増やした際のコツなどを教えていきます。時間があれば、多人数のパッシングもやります。

受講者が用意するもの

バウンス用のボール。(多少であれば貸し出しは可能です。ボール持参の方は混ざらないよう気をつけてください。)

講師から一言

バウンスパッシングをしたことのない人向けに教えていきます。

主にバウンスパッシングの導入になりますので、すでにパッシングができる方は、周りの方への教え役をお願いします。

講師紹介

チャンピオンシップチーム部門に出場します。

講座名

コンタクトアニメーションスタイル

講師名

KASSAN チーム名：PaniCrew , Osaka daggle crew

到達目標

コンタクトタットスタイルの振付けをマスター

対象者（レベル）

初心者OKです、コンタクトジャグリングの基礎が無くても大丈夫です

ワークショップの構成

振付けの流れで、身体とボール（クリスタル）の使い方を説明していきます

受講者が用意するもの

ステージボール or クリスタル（シングルで大丈夫です）

講師から一言

TUTとコンタクトジャグリングを融合したスタイルなので、ジャグリングでもダンスでもない新しいジャンルになります。その説明の中で、パントマイムや音の聞き方等も説明出来れば幸いです。JJSのシングルボールでのバトルにも使えると思いますよ

講師紹介

HP <http://mdf344.wix.com/robot>

参考動画 OSAKA daggle crew <https://www.youtube.com/watch?v=ujUhnY41AOk>

講座名

パートナーポイ(初級)

講師名

ちゃら(ノルン)

到達目標

パートナーポイを楽しむ

対象者 (レベル)

ポイが好きな人

(3ビート程度の基礎技ができると良いかもです)

ワークショップの構成

見本を見ながら簡単なパートナーポイに取り組む

ペアのレベルに合わせたパートナーポイの紹介

大人数でできるパートナーポイにトライ

受講者が用意するもの

ポイ(テールは無い方がやりやすい。多めに持ってる方は持ってきてもらえると助かります。)

ポイ持ってない人は貸し出します

ペアを組む勇気

講師から一言

あまりメジャーではないポイのマイナーなパートナーポイ、教わる機会はなかなかないですよ。ポイのパートナーがいない人、少しの勇気を持ってお越しください。パートナーポイを知らない人、新しい世界が広がります。

講師紹介

WJD 2013 in Osaka ゲストステージ

http://youtu.be/Xrdyy_bSaAs

講座名

傘と鞠の曲 入門

講師名

くるせ

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。希望者には柎・金輪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）。

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/>

講座名

ジャグリングで音ハメ(入門編)

講師名

Daggle KOMEI

到達目標

ジャグリング道具を使ってリズム取り、音ハメができるようになる。

対象者(レベル)

音楽に合わせた構成や、フリースタイル、ダグル等をやってみたいけどカウントの数え方すらわからない～という初級者から、リズムには合わせられるけどそこからがわからないという中級者くらいが対象です。

ワークショップの構成

カウントの数え方
オンビート、エンドカウント
音楽の聴き方、合わせ方
実践等、

受講者が用意するもの

自分の好きな道具+持っていればボール

講師から一言

KOMEI目線でのジャグリングで音楽に合わせる方法を教えます。
ルーティーン作り、フリースタイル、バトルなどに役立つ内容になってます。
気軽に参加してください。

講師紹介

ブログ
<http://s.ameblo.jp/daggle-komei>
Daggle Crew
http://youtu.be/TSFrZu_da3g
KOMEI Freestyle
<http://youtu.be/WfIYQnr4OR0>

講座名

ジャグリングで音ハメ(応用編)

講師名

Daggle KOMEI

到達目標

音楽をもっと細かく聴きながらジャグリングできるようにする。

対象者(レベル)

音楽に合わせた構成や、フリースタイル、ダグル等をやってみたい方。
もっと細かく音楽に合わせたい、音ハメ大好き！な方。

ワークショップの構成

音楽をどう聴いてどう表現するか
音ハメについての応用、マニアックな話
実践等、

受講者が用意するもの

自分の好きな道具+持っていればボール

講師から一言

KOMEI目線でのジャグリングで音楽に合わせる方法を教えます。
ルーティーン作り、フリースタイル、バトルなどに役立つ内容になっています。
リズムに合わせるその先を追求していきます。

講師紹介

ブログ

<http://s.ameblo.jp/daggle-komei>

Daggle Crew

http://youtu.be/TSFrZu_da3g

KOMEI Freestyle

<http://youtu.be/WfIYQnr4OR0>

講座名

5ボールオーバーザヘッド

講師名

藤本亮

到達目標

オーバーザヘッドの投げ方がわかるようになる
5オーバーザヘッドの練習方法がわかる

対象者（レベル）

5ボールカスケード（普通の）の練習をはじめたくらいの人～オーバーザヘッドできないよって人

ワークショップの構成

1. はじめに
2. 1ボールで投げる
3. 3ボールで投げる①
4. 3ボールで投げる②
5. 5カスケードや7カスケードの練習との共通点
6. 3ボールでの練習
7. 5ボールで投げる
8. 4ボールについて（状況によります）
9. その他応用について（状況によります）

受講者が用意するもの

ボール5個

講師から一言

オーバーザヘッドを通してボールを正確に投げる練習の仕方をご紹介します。5カスケードやバッククロスなどの基本的な投げ方の練習の指針になればいいと思います。まだ5安定していないって人にもためになるワークショップを目指します。

講座名

フープマニピュレーション入門

講師名

AYUMI

到達目標

円環という形状ならではの技・アイソレーションとそのバリエーションの習得を目指します。またフープの楽しさとそこに働く理力を知っていただくための試みとして、直径2mの巨大フープを回していただきます。出来る方はフープを回しながら各々のスペシャリティにも同時にチャレンジしてください。

対象者

オールレベル

受講者が用意するもの

フープは講師が用意します。巨大フープを回しながらトライしたいご自身の道具がありましたらお持ちください。

講師から一言

重力、遠心力、作用反作用に角運動量保存則。フープは、この世に働く理の力を体感しやすい道具でもあります。今回はマニピュレーションの技術として超定番かつ人気の高い「アイソレーション」をメインに、日本のジャグリングシーンではいまだ馴染み薄なフープの魅力に理屈（ちょびっと）の面からも親しんでいただきたいと思います。

講師紹介

AYUMI :

フープダンサー、フープインストラクター。第四回JJS関東大会フリースタイル部門準優勝。フープ東京代表。

<http://hooptokyo.com>

ブレイクアウト名

無所属ジャグラーの集い

主催者名

穴戸貞亮(シシドサダアキ)

到達目標

サークルに所属していない者同士で楽しくジャグリングをする。

ブレイクアウトの構成

- ①JJFを楽しもう講座
- ②フリーパフォーマンス
- ③3ディアボロウィンドミル・インテグラル講座

参加者が用意するもの

自身の道具

主催者から一言

サークルに所属していない方は普段は身近にジャグリングをしている人がいないので練習でお困りの方も多いと思います。この企画はそうした方々のためにあります。せっかくのチャンスですのでこの機会を利用してください！

ブレイクアウト名

クラブブレイクアウト

主催者名

たくぞー&ぱねやす

対象者

クラブが好きな人

内容

通常のブレイクアウト(参加者から有志で一人前に出て技を披露する)です。
初級者～上級者まで一人でも多くの方が技を披露してもらえれば幸いです。
もちろん見学だけでも大丈夫です。

参加者が用意するもの

クラブ

主催者から一言

クラブジャグラーで集まる機会がほしく企画しました。クラブジャグリング界と一緒に盛り上げましょう！

主催者紹介

たくぞー

JJF2011ファイナリスト

クラブ大会 棍棒祭連覇中

7クラブ公式日本記録保持者

ぱねやす

JJF2013ファイナリスト

棍棒祭2013 準優勝

MJF2013 準優勝

ブレイクアウト名

いつか出来ると嬉しいコンタクトスタッフ

主催者名

さんちゃん（三宮 央意）

到達目標

難易度関係なしに、とにかくコンタクトスタッフの技を知る

対象者（レベル）

特になし

コンタクトスタッフの技を見せたい人大歓迎！見学だけでもOK（ただし何をやってるか理解できない可能性があります）

ブレイクアウトの構成

ブレイクアウト形式でひたすら技を見せ合う

参加者が用意するもの

自分で使うスタッフ（申し訳ありませんが、こちらで用意出来るスタッフはほぼありません）

（あれば）やってもらいたい技（出来ない場合もありますのでご了承ください）

主催者から一言

基本的にはコンタクトスタッフのブレイクアウトになりますが、自分で出来ない技を提案して、誰かにしてもらおうというのもアリです！「動画で見た技を生で見たい」、「思いついたけど自分じゃ出来ない」、そんな技も大歓迎です。出来る人（多分講師）が頑張ってくれてくれると思います。出来ない場合はごめんなさい。

主催者紹介

世にコンタクトスタッフが広まることを願う変人。理由は自分の知らない技を誰かが作って欲しいから。あと、一応JJF2007チャンピオンシップの3位です。

ブレイクアウト名

第4回JJFマスターズの集い

主催者名

(主催) 西野順二

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

30歳以上(自称・精神年齢も可)のジャグリング愛好者

構成

交流会・発表会・クラス別マジ競技会?(当日相談)

参加時用意する物

適当な道具

備考

交流が主目的です。茶飲み話がもりあがれば成功です。

ブレイクアウト名

ハットブレイクアウト

主催者名

トラヨシ

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。ハット持ってても持ってなくても、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。

ブレイクアウトの構成

- (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。

参加者が用意するもの

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。

主催者から一言

有志で、2008、2011、2012、2013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 2014」としてアップできるかもしれません。※動画に載せたく無い人は絶対載せないで、安心して技を披露してください。

主催者紹介

これまでのブレイクアウトの様子「Japanese hat jugglers」シリーズ↓
（※動画してアップしてOKという人だけ了承とって撮影しています。）

<https://www.youtube.com/watch?v=zVR-KwWUDUvk>

<https://www.youtube.com/watch?v=DE-dGKTiYtM>

<https://www.youtube.com/watch?v=MVcTTMaB65o>

<https://www.youtube.com/watch?v=ebkESzb0038>

ブレイクアウト名

バウンスの集い in JJF2014

主催者名

reno

到達目標

バウンスジャグラーを20人集める

対象者（レベル）

バウンスジャグラーの方

バウンスジャグリングに興味のある方

ブレイクアウトの構成

ブレイクアウト形式で技を教えあったり、新技を開発したりしましょう。特にやる内容は決まってません。3リフトから2人の20ボールパッシングまでその場の流れで決まります。

参加者が用意するもの

バウンスジャグリング用ボール

(貸し出しも少しならあります)

主催者から一言

飛び散ったらみんなで助け合いましょう。

主催者紹介

YouTubeにたまに動画あげてます

<http://www.youtube.com/user/reiskracker/videos>

ブレイクアウト名

JJF2014 「カワイイ!!」をあつめたい!

主催者名

うさぎのもみじ

到達目標

JJF2014「カワイイ!!」をひたすら集める

対象者

初心者～プロの方までみなさん

ブレイクアウトの構成

JJF2014でジャグリングに関するカワイイものをひたすら集めたいと思います。

カワイイ道具、カワイイグッズ、カワイイジャグラー…etc

集まるほど私が喜びます。舞います。

『カワイイ』を集めつつ私が行った道具のデコレーションや、ジャグリング道具を模したストラップ等の作品例を紹介します。

参加者が用意するもの

カワイイ道具

ジャグリングに関するカワイイグッズ

カワイイ人

カワイイを愛でる心

カワイイを記録するもの

手ぶらでもOKです。

主催者から一言

のんびりやろうと思います。「カワイイ!!」を集めたい!という講座名なので、ぜひ身近なカワイイもの・人を連れてきてください。美少女・美女・女の子、「あなたのカワイイ!!」を教えて!

最後に「カワイイ!!」を集めた集合写真を撮りたいと思います。

ぜひ女子ジャグラーのみなさん集いましょう!ジャグラー女子会みたいな感じになっても良いと思います。

主催者紹介

うさぎのもみじ (うさもみ)

JJF2013 広幡杯審査委員特別賞受賞。うさぎの形をしたポイでいるんなことをします。ジャグリングの道具をモチーフにアクセサリを制作したり道具ケースを制作しています。ピザ回しドットコムさんにてわたしがデコレーションしたリングを販売させていただいております。

今後はもっとジャグラーの役に立つ面白くてカワイイものを制作していきたいです。詳しくは直接私までお話しにきていただくと嬉しいです。あなたの「カワイイ」待ってます♪

ツイッター 「@usa_momi」

ミネ (通販) 「うさもみのおうち mine.com/usamomi 」

ピザ回しドットコムさんのページの「うさもみハンドメイド」のところ。

ブレイクアウト名

デビル・フラワースティックブレイクアウト

主催者名

サイエンティスト

ブレイクアウトの構成

好きな技、流行りの技、得意技など、デビル・フラワースティックの技を見せ合いましょ
う。

対象者

デビル・フラワースティックが好きな人なら誰でも。

参加者が用意するもの

デビルスティックもしくはフラワースティック

主催者から一言

スティックジャグラー同士、情報を共有していきましょう。

主催者紹介

電気通信大学ジャグリングサークルPassage所属
関東スティック練習会主催
Twitter: @jugglescientist

ブレイクアウト名

女性に間違えられたことがあるジャグラーの集い

主催者名

かおる

到達目標

共感する。

対象者（レベル）

エピソードがなくても聞いてみたい方は是非！

ブレイクアウトの構成

女性に間違えられた体験談について、語り合しましょう！

参加者が用意するもの

ネタ

主催者から一言

講師が不安でいっぱいなので、うまく盛り上げてやってください。

ブレイクアウト名

ディアボロブレイクアウト

主催者名

日本ディアボロ協会&牧本 光輔

対象者

ディアボロが好きな人&興味がある人、どなたでも

主催者から一言

新しく覚えた技をこの機会に発表しましょう！

主催者紹介

-日本ディアボロ協会

<http://www.diabolo.jp/>

東京国際ディアボロ競技会、全日本ディアボロ競技会運営の他、練習会も定期的に行っています。

-牧本 光輔

ディアボロマレーシアオープンコンペティションチーム部門3位。

独自のキャラクターと確かなヴァータックスの技術でアジア、さらにはカナダにも旋風を巻き起こしている。

2015年のディアボロアジアカップにも各方面から期待されている。

ブレイクアウト名

リング大会inJJF

主催者名

小林智裕

対象者

リング・フープに分類される道具を使う人。ハチリンetcも歓迎です。

ブレイクアウトの構成

有志で技を見せ合います。大会と称していますが特に順位はつけません。ガチ技からちょっとしたアイデアまで気軽に自慢しましょう。

(また人数が集まれば、有志でWS「明日から使えるリングジャグリング」で覚えたシークエンスを皆で同時にやってみたいと思っています。)

参加者が用意するもの

各自の道具

主催者から一言

なかなか普段お互い出会うことのないリングジャグラーで集う機会にしたいと思います。僕も最近マイブームの技を自慢します。

主催者紹介

ジャグリング歴12年。JJF2005CS個人部門優勝。

2015年2月10日(火)・11日(水・祝)に舞台公演主催します。詳細はTwitter:@kuutenkidouで。

講座名

マルチスローを用いた3人ジャグリングの基本パターン

講師名

ながめくらしつ

到達目標

3人ジャグリングの基本パターンを理解する。

対象者（レベル）

どなたでも。チームジャグリングの経験がなくても問題ありません。

ワークショップの構成

- ・ 講師紹介
- ・ 講師によるデモンストレーション
- ・ マルチスローの練習
- ・ 3人の基本パターンの学習
- ・ 応用パターンの開発

受講者が用意するもの

ワークショップは3人1組で行い、1組あたりボールが7個必要となります。こちらですべてのボールを用意することはできないので受講者同士で融通してください。

講師から一言

この機会にチームジャグリングを始めてみましょう。

講座名

Gesticulating juggling

講師名

Florent Lestage

ワークショップの構成

Gesticulate は身振りをする、ジェスチャーをするという意味です。

「ジャグリングの動きに意味を持たせる」

「動きに意味のあるジャグリング」

というようなことを目的に、練習方法や考え方を教えてくださる予定です。

受講者が用意するもの

道具は何でも良く、自分が研究したいものを持ってきてください。

講座名

3 diabolos tricks

講師名

Etienne Chauzy

ワークショップの構成

3ディアボロの技をいろいろ教えます。

受講者が用意するもの

ディアボロ3つ