

あこがれのバレエを初体験!

対象
バレエ経験のない
小学校1～3年生

参加者募集

参加費 無料
(要事前申込)

正しい姿勢



新学年まで、あと少し。伸ばそう! 背すじと、がんばる力!

背すじをスッと伸ばし、しなやかな動きで踊るバレエダンサーに憧れたことはありませんか? バレエの動きで鍛えられるのは「インナーマッスル」。そのため、バレエを習うと体幹がしっかりし、姿勢も良くなるといいます。この冬、全5回のワークショップでバレエ独特の体の使い方を学んでみませんか。初めてでも大丈夫! 講師は大和市のバレエ第一人者・佐々木三夏先生です。バレエの動きと振り付けを覚えたら、最後はメインホールの舞台上で成果発表をします。新学年に上がる前に、正しい姿勢や集中力・やりぬく力を身につけましょう!

ワークショップの流れ (全5回・文化創造拠点シリウスにて)

※すべての日程にご参加ください

2023.

2/4 (土)

13:30-14:30

ワーク
ショップ
①

3階芸術文化ホール
マルチスペース

2/11 (土・祝)

13:30-14:30

ワーク
ショップ
②

3階芸術文化ホール
マルチスペース

2/19 (日)

11:00-12:00

ワーク
ショップ
③

3階芸術文化ホール
マルチスペース

2/25 (土)

13:00-16:00 (予定)

ワーク
ショップ④
成果発表会
リハーサル

1階芸術文化ホール
メインホール

2/26 (日)

15:00 開演

ワーク
ショップ⑤
成果発表会
本番

1階芸術文化ホール
メインホール



講師

佐々木 三夏

Mika Sasaki

(大和シティー・バレエ)

申込

2022年12月1日(木)～12月27日(火) 必着

※申込者多数の場合、抽選とさせていただきます
※抽選結果は、2023年1月10日頃を目途に、申込者全員へご連絡いたします
※今後の感染状況によっては、開催内容に変更が生じる場合がございます

詳しくは裏面へ!



あこがれのバレエを初体験！

日程

※すべての日程にご参加ください

- ワークショップ①...2023年2月4日(土) 13:30-14:30
 - ワークショップ②...2023年2月11日(土・祝) 13:30-14:30
 - ワークショップ③...2023年2月19日(日) 11:00-12:00
 - ワークショップ④
(成果発表会リハーサル)...2023年2月25日(土)13:00-16:00(予定)
 - ワークショップ⑤
(成果発表会 本番)...2023年2月26日(日)14:30開場/15:00開演
- ※成果発表会は一般のお客様にもご鑑賞いただけます

成果発表会には
大和シティー・
バレエ団も出演
します！

場所

大和市文化創造拠点シリウス

ワークショップ①～③: 3階芸術文化ホール マルチスペース
ワークショップ④⑤: 1階芸術文化ホール メインホール

内容

- 体の動きを理解する
- 『くるみ割り人形』より「行進曲」(約3分程度の演目)を練習。
成果発表会にて披露

※ワークショップ及び成果発表会の写真撮影・録画はできません。ご了承ください
※原則、ワークショップへの保護者の方の立ち合いはできません

講師



佐々木 三夏 (大和シティー・バレエ)

佐々木三夏バレエアカデミー主宰。
山路瑠美子に師事。全国舞踊コンクール/
第1位。《文部大臣奨励賞》《日本バレエ協
会/優秀賞》受賞。《コレオグラファーズコ
ンクール/最優秀ダンサー賞》受賞。「くるみ
割り人形」「白鳥の湖」「ジゼル」「コッペリア」「パヤデルカ」
その他数多くの古典作品の主演を踊る。全国舞踊コンクール
指導者大賞、全国舞踊コンクール指導者賞、青少年のため
のバレエコンクール優秀指導者賞、バレエコンペティション
21指導者賞、全国鎌倉コンクール指導者賞、NBA全国舞踊
コンクール指導者賞を受賞。

アシスタント (大和シティー・バレエダンサー)



窪田 夏朋



古尾谷 莉奈



刀祢平 美咲

対象

小学1年生～小学3年生のバレエ未経験者(男女問わず)

参加申込

申込期間: 2022年12月1日(木)～27日(火) 必着

※申込者多数の場合、抽選とさせていただきます
※抽選結果は、2023年1月10日頃を目途に、申込者全員へご連絡いたします
※今後の感染状況によっては、開催内容に変更が生じる場合がございます

料金

参加費無料(要事前申込)

定員

20名 ※申込者多数の場合、抽選とさせていただきます

持ち物・服装

- ・動きやすい服装(ex. 短パン、Tシャツ)
- ・靴下(学校の上履きも可)
- ・タオル
- ・飲み物

※原則、ワークショップ時は、マスクを外してご参加いただけます
※成果発表会当日は、舞台用にメイクを行います。ご了承ください
※成果発表会の衣裳は、こちらでご用意いたします

申込方法

申込用紙・申込フォームは、やまと芸術文化ホール HP に掲載
しています。

Webフォームをご利用の場合



右のバーコードからアクセスしてください

【ご来館の場合】

大和市文化創造拠点シリウス 1階ホール事務室まで
(受付は9:00～18:00)

【申込用紙をご郵送の場合】

〒242-0016 大和市大和南1-8-1
やまと芸術文化ホール バレエワークショップ担当 宛

【申込用紙をFAXの場合】

番号: 046-263-5666 まで

お問合せ

やまと芸術文化ホール チケットデスク
(大和市文化創造拠点シリウス 1階ホール事務室)

TEL.046-263-3806 (9:00～18:00)
※年末年始・休館日(12/29～1/3)を除く
<https://www.yamato-bunka.jp/hall/>

〒242-0016 神奈川県大和市大和南一丁目8番1号

小田急江ノ島線・相鉄本線 大和駅から徒歩3分

※駐車場の収容台数には限りがございます。
公共交通機関でのご来場をお願いいたします

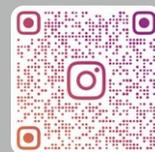


公式サイトは
こちら！



Follow us!

やまと芸術文化ホール
公式 Instagram は
こちら！



大和市文化創造拠点
シリウス公式 Facebook
はこちら！