

パーソナライズドフィードバック

パフォーマンス後にプロのダンサーや審査員からビデオ分析を用い、個別に繊細なフィードバックを受けることで、具体的な改善点を把握し、次のステップへと迅速に進むことができます。

■会場：めぐろパーシモンホール

2024年 12月27日(金)
12月28日(土)

■会場：板橋区立文化会館

2025年 1月5日(日)

■会場：文京シビックホール

1月6日(月)

三船元維 ・ 須谷まきこ

NBAバレエ団ファーストソリスト NBAバレエ団ソリスト

宮内浩之 ・ 山田佳歩

NBAバレエ団プリンシパル NBAバレエ団プリンシパル

三船元維 ・ 浅井杏里

NBAバレエ団ファーストソリスト 舞踊家

大森康正 ・ 勅使川原綾乃

NBAバレエ団ファーストソリスト NBAバレエ団プリンシパル

■参加費用：無料 1人15分

■当日受付

■当日コンクール動画をご購入後、出場者ご自身のスマートフォンへダウンロードして映像をご用意ください。

オリジナルバレエジュエリー制作ワークショップ

ご予約はこちらから

「レビジュードゥアリユ」※デザインなどは変更することがあります。



バッグチャーム

好きなチャームを選んで自分だけのチャームをつくりまします！

12月27日 14:00~15:00

小学生以上 定員10名

■参加費用：2200円

■会場：めぐろパーシモンロビー



ピアスorイヤリング

好きな色、好きな石を選んでオリジナルのピアスorイヤリングをつくりまします

1月5日 14:00~15:00

中学生以上 定員10名

■参加費用：2200円

■会場：板橋区立文化会館ロビー



ミニティアラ

コンクールや舞台で使えるティアラを作ります。好きなカラーを選べます。

1月6日 14:00~15:30

高校生以上 定員5名

■参加費用：5500円

■会場：文京シビックホールロビー

NBA
NBA BALLET
COMPANY

第28回 NBA全国 バレエコンクール

THE 28TH NBA NATIONAL BALLET COMPETITION

特別ワークショップ SPECIAL WORKSHOP

&

講座・イベント LESSON・EVENT

2024 2025
12 / 27 - 1 / 7



会田碧

特別講座

~未来の才能を育むために~
バレエ教師と親ができる生徒との関わり方とモチベーションを上げる秘訣

1月6日 14:00~16:00(休憩あり)

2012年から2022年までNBAバレエ団に在籍し、ファーストソリストとして数々の舞台に出演。退団後、慶應義塾大学通信教育課程文学部に入学し、心理学を専攻。メンタルトレーニングスペシャリストの資格を取得。さらにTHE COACH ICPでコーチングについても学ぶ。現在は、メンタルケアの観点から主にバレエダンサーのサポートを行っている。

ご予約はこちらから



■会場：文京シビック (練習室2)

■参加費用：2500円 ■各日定員20名

舞踊史研究者
芳賀直子



バレエはじめて物語
~バレエの歩みとコンクールの始まり~

1月7日 14:00~15:30

「バレエ・リュス」「バレエ・スエドワ」を専門として、研究、執筆活動を行う。雑誌、新聞、プログラム、機内誌等各種媒体への執筆活動と共に、講演の人気も高い。著書に『バレエ・ヒストリー~バレエの誕生からバレエ・リュスまで~』(世界文化社/電子版あり)『バレエ・リュス~その魅力のすべて~』(国書刊行会)等一般社団法人日本バレエ・リュス&バレエ・スエドワ協会理事 大正大学客員教授 新国立劇場バレエ研修所、K Ballet School TTCコース (共にバレエ史講師)

コンディショニングサポート

■当日受付 8000円

■コンクール会場で当日ご予約下さい

所要時間：施術50分+準備・着替え10分=60分

実施メニュー：①②どちらか選択

①コンディショニング&トレーニング

上達するためのトレーニング方法を個々の状態に合わせて指導します。希望者にはコンディショニングに効果的なストレッチを伝授します。

②メンテナンスボディケア

能力を発揮できるよう身体のメンテナンスを行い、整えます。状態によっては最適なテーピングの方法も指導します。

パーソナルトレーナー：小島敬太郎

NBAバレエ団ステージトレーナーを務める。元オリンピック選手が主催するチーム、公立のトレーニング施設、スポーツクラブ等で指導する。ダンサー、オリンピック選手、アスリート等のコンディショニングやトレーニングを行う。



河野崇仁

ダンサーとして活動する傍ら、鍼灸師学校に通い解剖学、運動学、治療学を学ぶ。「バレエ×トレーナー」で解剖学を取り入れたパーソナルレッスンやトレーニング指導、コンクール、舞台帯同でのコンディショニングなどサポーターとしても活動中。



12月27日(金)

■会場：スタジオノア学芸大 6thスタジオ

ご予約はこちらから



久保 絃一

「海外オーディション対策クラスレッスン1」 参加費用：6,000円
日時：10:00~11:30 対象：中学生

「海外オーディション対策クラスレッスン2」 参加費用：6,000円
日時：12:30~14:00 対象：高校生・シニア

カンパニーやスクールのクラスオーディションで審査員はどんなところを見ているのか、気をつけるべきポイントをクラスレッスンの中で学びます。プロを目指す若いダンサーたちへ向けて、芸術監督の視点からアドバイスします。

「ジャンプ・ターン強化レッスン1」 参加費用：6,000円
日時：14:30~16:00 対象：小学5年~中学3年生

「ジャンプ・ターン強化レッスン2」 参加費用：6,000円
日時：16:30~18:00 対象：高校生・シニア

ヴァリエーションには欠かせないジャンプやターンのテクニック。舞台上で緊張している時も安定して力を発揮できるようにレッスンします。



勅使河原綾乃



12月28日(土)

■会場：スタジオノア学芸大 6thスタジオ

ご予約はこちらから



キミホ・ハルバート

「コンテンポラリー基礎クラス」 参加費用：6,000円
日時：10:00~11:30 対象：小学5年生以上・初心者向け

「コンテンポラリー実力アップクラス」 参加費用：6,000円
日時：12:30~14:00 対象：小学5年生以上・経験者向け

ローゼンヌ国際バレエコンクールをはじめ、世界へ羽ばたくためにコンテンポラリーを踊る力は必須と言えます。コンテンポラリー初心者の方は「基礎クラス」さらに上を目指したい方は「実力アップクラス」で力をつけましょう。

「表現力アップのためのクラスレッスン1」 参加費用：6,000円
日時：14:30~16:00 対象：小学5年~中学3年生

「表現力アップのためのクラスレッスン2」 参加費用：6,000円
日時：16:30~18:00 対象：高校生・シニア

「もっと笑顔で踊って」「役を演じて」そう言われたことはありませんか？ただ笑った顔を作っただけでは本当の表現力とは言えません。心を動かし、音楽を感じて踊るためのきっかけやヒントをレッスンで掴みましょう。



下村由理恵



1月4日(土)

■会場：板橋グリーンホール

ご予約はこちらから



清水健太

「テクニック向上のためのボーイズクラス1」 参加費用：6,000円
日時：2025年1月4日 10:00~11:30 対象：小学3年~6年生

「テクニック向上のためのボーイズクラス2」 参加費用：6,000円
日時：12:30~14:00 対象：中学生以上

憧れのダンサーのように、たくさん回って大きく跳べるようになりたい、そんなボーイズたちのためのクラスです。ますます華やかに、魅力的に踊れるようになりましょう！

「ポールドブラ強化」 参加費用：6,000円
日時：14:30~16:00 対象：小学3年~中学3年生

コンクールのアドバイスシートに「アームズを正しく」と書かれたことのある方はきっと多いのでは。コンクールは良い成績なのにオーディションやスカラシップ選考はなかなかうまくいかないという方、もしかしたらアームズに原因があるのかも？この機会に正しいアームズの使い方を徹底的に見直しましょう。

「正しい白鳥の踊り方」 参加費用：6,000円
日時：16:30~18:00 対象：小学5年生以上

多くのバレエ団がレパートリーに持つ「白鳥の湖」は、プロのバレエダンサーになったらぜひ踊りたい作品のひとつ。正しい白鳥の踊り方を学ぶ貴重なチャンスです。



針山愛美



1月5日(日)

■会場：スタジオノア池袋 6thスタジオ

ご予約はこちらから



「ロイヤルスタイルのクラスレッスン1」 参加費用：6,000円
日時：10:00~11:30 対象：小学3年~小学6年生

「ロイヤルスタイルのクラスレッスン2」 参加費用：6,000円
日時：12:30~14:00 対象：中学生以上

若きバレエダンサーたち憧れの留学先、イギリスのロイヤルスタイルによるクラスレッスンです。他のメソッドとの違いを感じながら踊ってみましょう。

「スカラシップ対策レッスン1」 参加費用：7,000円
日時：14:30~16:00 対象：小学4年~中学1年生

「スカラシップ対策レッスン2」 参加費用：7,000円
日時：16:30~18:00 対象：中学2年生以上

スカラシップを受賞する人はどのような点が評価されているのでしょうか。クラスレッスンを通して海外審査員による具体的な解説を行います。※通訳付き



佐久間奈緒



マーティン・フリードマン

1月6日(月)

■会場：文京シビック (多目的スタジオ)

ご予約はこちらから



「スキルアップのためのクラスレッスン1」 参加費用：6,000円
日時：10:00~11:30 対象：小学3年~小学6年生

「スキルアップのためのクラスレッスン2」 参加費用：6,000円
日時：12:30~14:00 対象：中学生以上

難しい技だけでなく、シンプルなパにも実力の差が現れます。テクニックはもちろんのこと、見逃してしまいがちな動きも一度見直して、さらなるスキルアップを図りましょう。

「テクニック向上クラス1」 参加費用：6,000円
日時：14:30~16:00 対象：小学3年~小学6年生

「テクニック向上クラス2」 参加費用：6,000円
日時：16:30~18:00 対象：中学生以上

ジャンプ、ターンはもちろん、バランス力、全身のコントロール力など、ヴァリエーションに必要なテクニックをバランスよく身につけ、踊りの中で余裕を持ってテクニックを魅せる力を伸ばしましょう。



小野絢子



米沢唯

1月7日(火)

■会場：文京シビック (多目的スタジオ)

ご予約はこちらから



「若いダンサーのためのパドドゥクラス」 参加費用：15,000円
日時：10:30~13:30 対象：男性中学1年~ 女性：小学5年生~

〈男性:6名 女性12名限定〉

*デモンストレーション：山田佳歩 (NBAバレエ団プリンシパル) 新井悠汰 (NBAバレエ団ファーストソリスト)

海外のバレエ学校のように、基礎からじっくりとパドドゥを学ぶチャンスです。男性はサポートの技術を、女性は正しいバランスやタイミングを練習します。

「コンクールでもっと上を目指したい人のためのクラス1」 参加費用：6,000円
日時：14:30~16:00 対象：小学3年~小学6年生

「コンクールでもっと上を目指したい人のためのクラス2」 参加費用：6,000円
日時：16:30~18:00 対象：中学生以上

海外のコンクールで数々の賞を受賞した経験を持つ針山先生によるレッスン。技術的向上に加えて、コンクールに必要なマインドを強化します。



厚地康雄



針山愛美