

フラメンコを楽しむ人のコミュニティペーパー

www.farruca.jp

Farruca

2015年9月

Vol.39



【特集】フラメンコに役立つ セカンドレッスン

- * フラメンコのためのバレエクラス…星川しょうこ
- * フラメンコのためのピラティス……折橋恵子
- * フラメンコに役立つ身体作り……宝

【ミラーダ】今枝友加さん

【寄り道手帖】スペインタイルの店 Patio

【MOMENTOS FLAMENCOS】ロシオ・モリーナ

【エミリーちゃんのウノ・ドス・トレス】

類をもって集まる?!の巻

【映画】『永遠のこどもたち』

【CD CHECK】今枝友加('14)

「¡¡Vamos!!～バモス」

【みんなで解決】緊急告知・ファルーカイベント案再募集!

【簡単レシピ】きゅうりのガスパチョ

◎Farruca's Room

◎ライブ情報

◎ファルーカセレクトショップ

Take Free 無料



フラメンコに役立つ セカンドレッスン

もっと力強く、美しくフラメンコを踊りたい!それならばやはり、身体づくりに目を向けてみよう。振り付けはひとまず忘れて、じっくり自分の身体と向き合ってみるための編集部おススメセカンドレッスン。宝さんの経験に基づいた「踊るための身体づくり」も必読です! (取材・文/恒川彰子、福田陽子)

身体と対話しながら身体の調子を整える。 踊りのブラッシュアップ効果大



ジェイ・
ピーカルロス
(地下鉄日比谷線「神谷町」駅)
星川しょうこさんの
「フラメンコを踊るための
バレエクラス」
毎週土曜 15:15~16:15
1時間 2160円(税込)
<http://www.jp-carlos.com>
問合せ info@jp-carlos.com

「舞踊の基礎はバレエにあり」でもバレエって敷居が高い! それにバレエとフラメンコでは、重心のとり方が違うのでは?という疑問は、星川先生のレッスンを一度受ければ解消される。星川先生の専門はモダンバレエながら、日本女子体育大学時代、佐藤桂子さんに師事しフラメンコを学んでいる。現在はフィギュアスケート、シンクロナイズドスイミング、新体操などいわゆる「アートスポーツ」の分野の選手たちのバレエ指導を行っており、「競技のためにどう身体を使うのか、そのための技術を教えてください」とのこと。すべての指導に共通しているのは「軸、体幹、美意識。これが習得できれば、これら競技、舞踊の技術と表現力が向上します」

工の基本の足を、ゆったりした音楽に合わせて一つ一つ丁寧に。股関節の稼働域を広げるためと、身体の軸の確認に大いに役立つ。

その後は、マットを使ってNYヨガの動きを取り入れたストレッチ。「大切なことは、自分の身体と対話をしながら、身体の調子を整えること」と星川先生。決して無理させることなく、その人、その人のペースで出来るところから。26℃の室温でもレッスンが進むにつれ汗びっしょり。バレエレッスンの基本の動きをさらいながら、自分の身体の癖やウィークポイントを知り、そして重心を見つめることで、より楽に、余分な力を抜いて踊る術を学ぶことができる。「半年くらい続けていると、ぐっと成果が出てきますね。鏡があって、全身を見られているという心地よい緊張感が良いようです」

フラメンコ歴15年の松原恵子さんは「私は元々身体が緊張しやすいので、このバレエクラスは心身のメンテナンスとと思って参加しています。フラメンコの動きで上手く出来ない」と



①バーレッスン。基本の足から。靴でもバレエシューズでもOK!



②バーに片足をのせて股関節のストレッチ



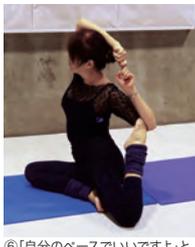
③「先生、これ以上はムリです!」「まだまだ、いけるわよ」



④肩甲骨を寄せる。全体のバランスが大切



⑤マットの上で肩と背中をゆっくり伸ばします



⑥「自分のペースでいいですよ」と優しい星川先生

ほしかわ・しょうこ

日本女子体育大学舞踊専攻卒業。後単身渡米し「BROADWAY DANCE CENTER」「Ballet Arts」にて、クラシックバレエ・モダンダンスを中心に、あらゆる舞踊を学ぶ。東京、仙台にて、文化庁芸術祭参加作品に多数出演。音楽と舞踊の関わりを追求した舞台作品を創作公演し続けている。

Syouko
Hoshikawa



ころがあつても、また新しい視点からの確かなアド
バイスを頂くことができます」という。

フラメンコ歴10年の佐藤みゆきさんも「星川
先生は、最終的にフラメンコにどう役立つのか

体幹を鍛えバランスを強化すれば、 サパテアードも楽になる！



スタジオ
エル・アンヘル
(JR中央線「豊田」駅)

折橋恵子さんの
「ピラティスクラス」

毎週日曜 14:00~15:00

毎週火曜 17:30~18:30

単独受講

月4回 8000円 / 月2回 4000円

<http://angel.main.jp/>

を考えながら教えてくれます。目線、身体の角
度、足の置き方などの動きをブラッシュアップ
してくれるのです」とバレエクラスの効果を実感
している。

とってその日の自分の状態を確認する。その後
マットの上にバランスボールを置き、寝転んで背
骨をゆっくり伸ばしていく。横たわったまま、下
腹を引き上げる力で座骨を寄せると内ももに力
が入り、足がスムーズに引きあがる。常に下腹
と呼吸を意識しながら足を回したり、V字バラ
ンスをとる。

脇腹のストレッチも、脇や背中中の筋肉が伸び
ているのを感じながら行うのがポイント。ゆっく
りとした動きながら、折橋さんの「座骨を締めて
回って」「腰の横の筋肉を使いながら足を回して」
などの具体的な指示のもとに身体の奥の見えな
い筋肉を感じながら動かしていくと、かなりの運
動量になる。

おりはし・けいこ

上智大学文学部卒。学生時
代は演劇部に所属。パコ・デ
ルシアの音楽、アントニオ・
ガデスの舞台に触れフラメン
コに傾倒し、上里ユミ氏、鈴
木敬子氏に師事後1997~99
年渡西。メルチェ・エスメラ
ルダ、ドミンゴ・オルテガ、ア
ンヘル・ロハス他に師事。ス
タジオ エル・アンヘル主宰。
今年日野市に専用スタジオ
オープン。

keiko
Orihashi



Photo by 川島浩之

「イメージを伝えることも大切ですが、人に
よって思い描くものが異なるでしょう。それでは
理解が深まらないし伝わらない。ピラティスの良
い所は具体的にどの筋肉を動かすのか、身体の
どこに意識を持つていくのか指摘するので、お互
い共通認識が持てるんです」と折橋さんはいう。

フラメンコ歴4年の澤田智子さんは「もつと上
半身を強く美しく、フラメンコらしく踊りたいと
思ってピラティスクラスにも申し込みました。姿
勢を良くするとか、脇腹をどう使うのかという
ことが分かるようになった気がしますし、身体
の中心を意識できるようになりました」と話す。
「悩んでいた肩こりも「あ、今肩が上がっているな
」と気付けるようになったという。身体の内部を
感じ、深く、安定して動けるようになる第一歩
として、ピラティスは体験する価値あり！」



①バランスボールの上で背骨をゆっくり伸ばす



③先生の手を取って、ゆっくり起き上がります



⑤「腰の横の筋肉を使いながら、足を回すのよ」と折橋さん



②ふくらはぎの筋肉を伸ばします。腹筋も鍛えられる!



④V字バランス。智子さん、すごい!



⑥脇や背中中の筋肉を意識しながらストレッチ

ピラティスとはご存知のように、身体のスト
レッチ、筋力強化、そしてバランス強化を目指し
てデザインされたエクササイズと身体の動作法の
こと。自身の身体の不具合に直面し、より正し
い身体の使い方を学ぼうと米ピークピラティス
国際認定マッソインストラクターの資格を取っ
てしまったのが折橋さん。通常のフラメンコクラ
スでも立ち方などに取り入れて教えている。

「私は以前、ある施術で左側の筋繊維や神経
を痛めてしまい、左側の腹筋や脇腹の筋肉・神
経が感じにくく、うまく動かせなくなっていました
ました。まだ完全完治ではありません。そのせ
いでとてもバランスも悪くなり、酷い時は何時間
練習してもサパテアードのスピードを上げるこ
ともできなかつたんです。体幹の筋肉・神経ト
レーニングとしてピラティスを始め、左右のバラ
ンスを改善したら、それだけで自然と足も早く
打てるようになりました」と折橋さん。

ピラティスクラスでは、まず片足バランスを

フラメンコにとどまらず
ジャンルを超えた
舞踊家として
脚光を浴びている

ダンサー 宝さん

幼少期より『踊る』世界に生きる
自身の経験とともに、
『踊るための身体づくり』に
ついて語っていただきました!



Photo by 大森有紀

「踊る」ために 不可欠なものとは…

私は踊り手として、基本的に「何を食べたか」
がその人の体を作るということを信じていて、
第一に何を体に入れるか、に特に気を使います。
アメリカでの高校時代は舞踊科ゆえに授業は踊
りが中心でしたが、アナトミーや栄養、ボ
ディーコンディショニングの授業もありました。

「体の構造を知る」ことは、プロフェッショナル
になる為に必要なことであり、アスリートとし
てどういう栄養が必要かということの基礎を学
ぶプログラムがきちんとあったんです。15歳で単
身渡米した当時は留学ストレスによる過食の一
方で、思春期特有の「痩せたい」という欲求も相
まって栄養的に偏った時期もありましたが、基
本的には健康的に痩せることを目標としていた
ので、栄養士の方々が持っているような分厚い
栄養素の本やダイエット法の本を読み耽り、エ
クササイズから食事まで徹底的に取り組みまし
た。踊りのジャンルも変わった今、痩せたいとい
う強いこだわりもなくなり、以前のようなスト
イックさはないので好きなものを好きな時に食べ
ています。まず自分の体の欲求を聞き取り、甘
いものが食べたいと感じる時には、体が必要と
している時なのだという認識で、そこは我慢せ
ずに取り入れます。ただ、やはり体が資本であ
り、怪我をして踊れなくなるのは死活問題なの
で、栄養と食事の質は今でも重要視しています。
自宅にいる時は市販の加工品はなるべく避け、
パンも自分で焼きます。個人的にここ数カ月で
自分に合っている食材を挙げると、パンなら、
オーリーブオイル、塩、スペルト小麦だけを使用
しているシンプルなパンを、砂糖はココナッツ
シュガーがお気に入りです。また栄養を損なわ
ずに済み、野菜や果物などは酵素があるという
観点から、基本的に生で食べられるものは生で
食べます。このような食生活を全くストレスな
く自然に実践することで、細胞が生まれ変わる
度に体も少しずつ変わっていくことを日々実感。
未長く踊っていくためにも、この食生活を保ち
つつ、それでも完璧主義にはならず、好きな

「フラメンコ」に重要な 身体づくり、それを実践する ノウハウとは…

フラメンコに関して言えば、私は軸を強くす
ることが大事だと考えます。軸がしっかりして
いれば、あらゆる動きに耐えられるからです。
回転に関しても軸があれば綺麗に回りますし、
足を打つ時も中心に軸を置いて何方かの足に重
心が偏らないことで足も打ちやすくなる。よって、
まず軸を鍛えることをお勧めします。私自身、
早く回転したい時にどうしてもブレてしまうこ
とに悩んだ時期がありました。スピードを出
すと体がブレるのはそれに対応する軸が弱いと
いうことなので、その時は体幹を鍛えるため、
試しに腹筋を毎日欠かさずにやりました。する
と、確実に回転でのブレが軽減されたんです。
万人に最適なトレーニングというのは限られて
おり、実際に有効なトレーニングを実践する上



Photo by クリス・モリヤマ

時に好きなものを食べることも禁じず、お酒も
飲む・・・と、体づくりは上手に楽しんでナンボ
だ！と思っています。



Photo by 塩島千典

踊ることがとても好きで、喜びである反面、無にならないとその先をいけない…という壁が何枚も立ちただかっています。好きなら苦はないというわけではなく、好きだからむしろ苦しいくらいです、私の場合は(笑)。自分の感情の振幅が大きかったり、想いや感動が強い分、何も出来なくなってしまうこともしばしばあるのですが、そういう時はとにかく思考をストップさせ、スタジオへ行き、靴を履き、メトロノームを掛け、足を打つ…まるで朝起きて顔を洗い、歯を磨き替えて出掛けるかの如くやります。どんな世界でもそうかもしれないですが、日々の稽古は裏切らないので、どんな想いであってもそこは思考を割り切らせてやりません。本番で失敗したり、うまくいかない時は私は自分の稽古不足だと思いません。それ以上でもそれ以下でもない。例えば本番、どんなに感情がブレるようなことが起こっても、ビシッと調うことができるか否かは、それまで地味にやっていた稽古があるかないかで、大きな差になるのです。踊りは、本来誰かと比べられることのないもので、いかにその時に自分自身を調わせられる

では、それぞれの体に何が必要で、どこが弱かったり強かったりするかを自らで感じ取る必要があるわけですが、私の経験でいうと、腹筋はお勧め！何よりお腹が閉まりますし、筋トレを持続している時は食べていてもあまり太りませんから(笑)。
あとは舞踊全体に言えることですが、背後の表現はものすごく大事。踊りは背中で踊っている、と言っても過言ではありません。踊りの上手い人は背中から醸し出す表情があるのと、体を見ても背中が肉体的にとっても美しく格好良い。ただ、それはあえて背筋を鍛えて作る、というのではなく、踊っていく中で備わっていくものだと思うので、踊る時には体そのもののみならず、体の周辺までを感じながら動いてみることも一つかと思えます。

自らの情熱や思いを 踊りに反映させるためには…

踊ることがとても好きで、喜びである反面、無にならないとその先をいけない…という壁が何枚も立ちただかっています。好きなら苦はないというわけではなく、好きだからむしろ苦しいくらいです、私の場合は(笑)。自分の感情の振幅が大きかったり、想いや感動が強い分、何も出来なくなってしまうこともしばしばあるのですが、そういう時はとにかく思考をストップさせ、スタジオへ行き、靴を履き、メトロノームを掛け、足を打つ…まるで朝起きて顔を洗い、歯を磨き替えて出掛けるかの如くやります。どんな世界でもそうかもしれないですが、日々の稽古は裏切らないので、どんな想いであってもそこは

か、表現ができるかできないか、それだけだと思っています。引け目や不安を感じるのは私だけの体をコントロールできていない時なので、日々のメンテナンスしかり、稽古をおろそかにしてはならないと感じますね。身体をしっかりと調えられれば、舞台上立つときの感覚が、変わるんです。自らの思いを反映させる唯一の方法、それは日々の鍛錬であると確信しています。



Photo by 塩島千典

Takara

舞踊家。5歳から踊りを始め福田真由美氏、エムザブロウ氏の元で学ぶ。モダン、バレエ、ジャズ、コンテンポラリー等様々なジャンルの踊りを学びつつ、15歳で渡米しアメリカやカナダの芸術学校・舞踊学校で学ぶ。一時帰国した際に稲田進氏に師事し、2011年CAFコンクール奨励賞を受賞。スペインのFundación Cristina Heeren de Arte Flamencoへ留学し、同年には日本フラメンコ協会第20回新人公演奨励賞を受賞した。その後は2013年、2015年CAFフラメンココンクール準優勝。現在はライブや舞台公演と精力的にこなし、またフラメンコとモダンダンスをベースに創作舞踊にも力を注ぐ。そして2015年10月、待望の『Danzatakarara. 舞踊塾』を開講予定。詳しくはこちら。

宝さんWebサイト↓

<http://danzatakara.jimdo.com/>

フラメンコ 寄り道手帖

35



ブルーのタイルが美しい洗面台。



階段の蹴上げのタイルで雰囲気が変わります!



植栽コーナーもタイルで。



オーナーの吉田美意子さん。



スペインタイルの店 パティオ Patio

「何色系のものが好きか、全体のイメージを伝える。」こと。夢が広がり、キッチンアクセントに、との予定が、壁面全体、部屋全体と変更するお客様もいるそうです。

スペインタイルは、日本のタイルに比して5mm、10mmと厚く、お手入れも簡単。一軒家、集合住宅にかかわらず、その楽しみ方も無制限といえるだろう。花屋で花束を選ぶように、好きなタイルを好きなだけ、選んでみてはいかがだろうか。もちろん、その際には、吉田さんがアドバイスしてくれるにちがいない。

またここでは、実際にバスルームや階段の蹴上げ部分(階段側面)にタイルを配したものを見ることができるが、電話やメールで吉田さんに相談しながらタイルを購入し、自分で施工するお客様も多いそうです。そんな時の相談のコツは「何色系のものが好きか、全体のイメージを伝える。」こと。夢が広がり、キッチンアクセントに、との予定が、壁面全体、部屋全体と変更するお客様もいるそうです。

スペインタイルは、日本のタイルに比して5mm、10mmと厚く、お手入れも簡単。一軒家、集合住宅にかかわらず、その楽しみ方も無制限といえるだろう。花屋で花束を選ぶように、好きなタイルを好きなだけ、選んでみてはいかがだろうか。もちろん、その際には、吉田さんがアドバイスしてくれるにちがいない。

大陽がまぶしい海へと続く道、京急久里浜線の三崎口から三崎港へと続く道の途中に、スペインタイルの店「Patio」がある。

夏の暑い日の訪問だったが、青空に橙色の壁色が映え、ここは日本でないのでは?と思う。店名でもあるパティオ(中庭)には、「ダビデの星」をコバルトブルーのタイルで模った、植栽コーナーがある。ピンクの花も咲き乱れ、何もかも遠いスペインを思わせる。

オーナーの吉田美意子さんに、魅力的なタイルが所狭しと詰まった、ショールームに案内していただいた。

「常時、5つくらいの工場のタイルを輸入しています。タイルは、イスラムを起源とし、グラナダ等を中心に広まったものですが、現在ではスペイン各地で色々な種類のタイルが生産されています。セビージャは民芸調、新しいデザインが得意なバレンシア、と地方によって特徴もあるんですよ。」と、吉田さん。

吉田さんは、長年、スペイン語の通訳として活躍されていた。スペインに渡る機会も多く、その頃に見た風景が心に焼きついたことではなからうか。吉田さんが「次にやりたいことは何か?」と自問したとき「お花屋さんのようなタイル屋さんをやりたい。」と思ったのだそうだ。

その思いの通り「Patio」では、大手メーカーで扱わないような、様々な種類のタイルが揃う。正方形のタイルはもちろん、アクセントになる細いサイズのポータータイル、花柄や、絵柄の凹凸のあるもの、並べ方によって異なる絵柄が浮かび上がる幾何学模様のタイルなど、その組み合わせは無限である。その自由度から、多くのスペイン料理店や店舗も「Patio」のタイルを採用している。

DATA
**スペインタイルの専門店
パティオ**
 〒238-0225
 神奈川県三浦市三崎町小網代 2231-1
<http://www.patio.ne.jp/index.html>
 TEL:046-882-0080 FAX:046-887-0372



施工例



組み合わせにより、美しい模様が浮かび上がります。



モダンタイプ



イスラムタイル



ポーターを効果的に使うと興行きがです。



(右) 花の模様部分はレリーフです!
 (左上) 各種タイルが並ぶショールーム。
 (左下) アンティークスタイルのタイル。
 スペインならではのモチーフです。



no.04

Rocío Molina

ロシオ・モリーナ

第13回ヘレス・フェスティバル(カディス県ヘレス・デ・ラ・フロンテラ)
2009年3月7日(土)
『Oro Viejo (オロ・ビエホ)』
より

作品の全てを踊り終え、スポットライトに浮かびあがるロシオ。この一瞬の静寂の後、砂の雨が彼女に降り注ぐ。拍手と大歓声とその静寂を掻き消す中、舞台は暗転し、幕が降りる。

ロシオ・モリーナは『Oro Viejo』により、2008年のビエナルで最優秀振付賞を受賞。翌09年のヘレス・フェスティバルでは批評家賞も獲得。さらに、本作と、09年初演の『Cuando las piedras vuelen』が認められ、2010年に26歳でスペイン国家舞踊賞を受賞する。

Foto : Hirohisa Aoyagi

青柳裕久

2003年よりセビージャを拠点に、動画サイト向けにスペイン各地の祭りや音楽フェスティバルの映像撮影を開始。フラメンコではビエナルやアーティストを取材し音楽雑誌等に寄稿。05年にフラメンコの写真を撮り始める。09年以降は日本で、フラメンコ、ダンスなど舞台写真を中心に活動。2013～14年のフラメンコ・フェスティバル・イン・トーキョーではオフィシャルカメラマンを担当。

MOMENTOS FLAMENCOS



気になるイベント、気になる舞台、気になるアーティストなどなど…
フェルーカスタッフのあらゆる「気になる」をリサーチして参ります♪

その苦しみを喜びに変える瞬間があってもいい ～今枝友加インタビュー～

2年に及ぶスペイン滞在を終え、初ソロアルバム「¡¡Vamos!!」を世に送り出した今枝さん。現在の岐阜県多治見市での生活、スペイン滞在がもたらしたものなどを語っていただきました。

(取材・文／恒川彰子)

昨年から今年にかけて、CD収録、帰国、発売記念公演と怒涛の日々を送りながら、今夏は日本全国7カ所でライブツアーを行った。旧知のたまびーずのメンバーも加わりながらのライブ。「たまびーずのメンバーとのライブは、私にとって要のライブ。フラメンコだけれど、その枠を超えて自分を出することができる」と今枝さん。スペインでも注目され、名実ともにビッグアーティストの仲間入りを果たした彼女だが、その原点は変わらない。

「私にとってはタブラオ『カルメン』が原点。タブラオという作品を創る。そのためには、絶対に自分が良くなくては。そうすれば、共演する皆も最高のものを出してくれる」自然体に見える今枝さんだが「フラメンコをやっていて苦しみの方が多いです、自分との闘いだからと。「でもね、その苦しみを喜びに変える瞬間があってもいいと思うの。フラメンコへのアフィシオン(愛着)を忘れず、でも自分の中で爆発したものを出すという、ね」

CD収録は予想以上に過酷な日々だった。名だたるスペイン人アーティストとの共同作業。プロデューサー、ホセ・ガルベスから求められるもののレベルが違いすぎて、胃にきた。共演メンバーに何度も録り直しをお願いしなければならないシーンがあり「本当に辛かった」それぞれの多忙なスケジュールを調整しての収録。他のアーティストが待っているスタジオへの移動の途中で「(バルで)W杯のサッカーを見よう!ってなっちゃって、いやいや、それはダメ!今日録らなきゃって、何とか収録にこぎ着けたり」まさに“今”という時間を楽しみ、生きている彼ら。「でも本当に皆、何度やり直しても気持ちよく『いいよ』ってしてくれるんです」

自分のキャリアの延長上にはあるけれど、今までとは全く異質の仕事。しかし「無理難題がふってきても、それをバネに返してくるのが今枝さん」と今回CDの発売元となったソニア・ジョーンズの村松多加代さんは語る。

「私にも意地がありますから。皆が期待している以上のものを出したい。そして、私に求心力がなかったら周りの皆から良いものを引き出すことはできない」(今枝さん) この人が羽ばたけるのは、垣根を作らず、常に周囲へのリスペクトを惜しまないからなのだろう。

闘いが終わった今は、多治見市で新しい生活をスタートさせた。スペイン滞りでフラメンコに対する見方は変わったか、という問いに対し「変わったのは自分自身の考え方」という。

表現者として、日々積んでいくことの大切さ。そして自分の時間、自分の生活を大事にしようと切に思う。「今は自分の練習ができて、ライブの準備がきちんできて、家族との時間が持てて、そういうペースを大事にしたい。そもそも自信のないところでフラメンコをやっている訳だから、しっかり自信をつけて準備をし、表に出していきたいですね」



「¡¡Vamos!!」公演より
Photo by 大森有起



いまえだ ゆか

1978年生まれ。愛知県出身。多摩美術大学でフラメンコに出会い、踊りを山室弘美に師事、カンテは独学。渡西を繰り返し、多くのスペイン人アーティストに師事する。2003年日本フラメンコ協会主催新人公演「カンテ部門」奨励賞受賞。翌年には同公演「バイレソロ部門」でも奨励賞受賞。12年より2年間スペイン・ヘレスにて家族とともに生活。その実力はスペイン国内でも注目され、複数のメディアに取り上げられた。イラスト・デザインも手がけるなど多才。

今枝友加 公式Webサイト <http://www.yukaflamenco.com>

◆ライブ情報◆ 10月8日(木)高円寺エスベランサ
⑧◎今枝友加@山室弘美/島崎リノ◎井上泉 ◎長谷川暖
11月30日(月)西日暮里アルハムブラ 今枝友加ライブ
問合せ edaapomlive@hotmail.co.jp

★東京クラス カンテ・バイレ 毎月1回開催(単発受講も可)
10/17・11/7・11/8・12/13(予定)
★名古屋クラス 10/1より開講(バイレクラス)
※9/18・24・28お試しクラス開催
問合せ edaapomclass@yahoo.co.jp

ク
ラ
ス
情
報

Sopa de pepino

きゅうりのガスパチョ



材料 (3人分)

きゅうり …………… 3本
 プレーンヨーグルト …… 75g (1個包装) × 3個
 にんにく …………… 1/2片 ワインビネガー …… 大さじ1杯
 オリーブオイル …… 大さじ1杯 塩・こしょう …………… 適量
 あればディル、タイムなどのフレッシュハーブ …………… 少量



「きゅうりのガスパチョ」と銘打っていますが、直訳すれば「きゅうりのスープ」。材料でいうと「きゅうり」と「ヨーグルト」のスープです。身体を冷やしてくれたり、腎臓にも効果があるそう！暑い午後、パパッと作って飲むのにピッタリの爽やかなスープです。

作り方

1. きゅうりの皮をピーラーでむく。後でブレンダーやミキサーにかけるので、適当な大きさに切っておく。
2. 鍋(またはボールなど)にきゅうり、にんにく、ヨーグルトを入れ、オリーブオイル、ワインビネガーなどその他の調味料を全て加え、クリーム状になるまでブレンダーにかける。(もちろんミキサーでもオーケー。ミキサーの方がクリーミーになります。)
3. 冷蔵庫で冷やし、皿に盛って出来上がり。スライスしたきゅうりと、オリーブオイルでアクセントをつけました。

きゅうり 1本と、ヨーグルトのパック 1個が、1人前の目安。超簡単に爽やかなスープです。



今枝友加 ('14) 「¡¡Vamos!! ~バモス」

完全スペイン録音！
 注目のカンタオーラ、待望のソロアルバム。

日本のフラメンコ界のトップクラス女性カンタオーラである今枝友加は、2012年よりスペインのフラメンコの聖地「ヘレス・デ・ラ・フロンテラ」へ移住し、2年半の滞在中に多くのスペイン人アーティストと親交を深めた。2014年の帰国を機に制作した、完全スペイン録音の初ソロアルバムがこの「¡¡Vamos!!」。

今枝友加の本領を發揮した正統派フラメンコから、ラテンフュージョンやポップス、バラードも、彼女の声を軸に、ヘレスのフラメンコの音作りが反映された、奥深い物となっている。音楽監督は自身の活動以外にもプロデューサーとして多くのアーティストを手掛けるホセ・ガルベスが務め、彼女のために書き上げたオリジナル曲も多数収録されている。

「スペイン人を感動させられる日本人」として、現地でも評価の高い彼女の歌声は、聴く者の心を驚かす力強い魅力にあふれている。

<収録曲>

1. Vamos / マあゆこ
2. De Tokio a la Bahía / 東京からバイア・デ・カティスへ (アレグリアス)
3. Se lo he pedido (シギリージャ)
4. No le temo al castigo (ノレア・ボル・アレリア)
5. De noche y día
6. El caudal que tengo (マルティネテ)
7. En mi balcón (マラケニャ)
8. De Badaíoz (タンゴ)
9. Tartaneros (タラント)
10. Como una espinita / まるで棘のよう (アレリア)
11. Vete a saber / 誰か知るというの (バラード)
12. Ahora sí (フィエスタ・ボル・アレリア)



今枝友加 ('14)
 「¡¡Vamos!! ~バモス」
 全12曲・歌詞・日本語訳付き
 3,200円 (税込)

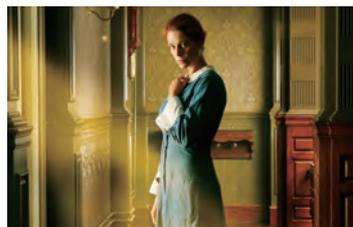
発売元: ソニア・ジョーンズ (お問合せ: TEL 03-6272-5620)
 CD取扱店: アークステイカ・(株)イベリア・月刊バセオフラメンコ・Manzanilla (マンサニージャ)・チャコット (株)プリメラギター社・ソニアジョーンズ



THE ORPHANAGE

『永遠のこどもたち』

鬼才ギエルモ・デル・トロが放つ、感動のダークファンタジー。



海辺にある孤児院で育ったラウラは、閉鎖されていたその孤児院を買い取り、障害のある子供たちのホームとして再建するために、夫と幼い息子シモンと共にその地に移り住む。だが、広い屋敷の中でひとり遊ぶシモンは、空想の友達がそこに居るかのように話をするようになる。その様子に不安を覚えて

いくラウラだが、息子と共に見えない友達を感じるようになっていく。

そして、ホームのオープンを控えたパーティーの日にシモンが忽然と姿を消してしまう。謎の老女の訪問、屋敷に響く物音や何者かの気配を感じながら、行方不明になったシモンの行方を死に物狂いで追うラウラは、屋敷に秘められた忌まわしい過去を知ることになる。

「パンズ・ラビリス」のギエルモ・デル・トロ製作による幻想的な映像が、ミステリアスに美しく、哀しい。母と息子の強い絆と愛情を描いたファンタジック・ホラーの秀作。

監督: J・A・バナヨ ■ 製作総指揮: ギエルモ・デル・トロ ■ 脚本: セルヒオ・G・サンチェス ■ 音楽: フェルナンド・ベラスケス ■ 出演: ペレン・エルダ / フェルナンド・カヨ / ロジェ・プリンセブ / マベル・リベラ
 ■ 2008年ゴヤ賞14部門ノミネート、脚本賞、新人監督賞、美術賞など7部門受賞 ■ 2007年 / スペイン・メキシコ / カラー / 105分

発売元: NBCユニバーサル・エンターテイメント
 DVD 価格 ¥1,429 (税抜) 好評発売中



©Rodar y Rodar Cine y Television, S.L / Telecinco Cinema, S.A., 2006

みんなで解決! アナタならどうする?

第13回 緊急告知・ファルーカ イベント案再募集!

フラメンコ・イベントのアイデア募集します! — 皆様
に来年開催予定の弊誌主催イベントのアイデアを募っ
た前号の当コーナー。告知が漠然とし過ぎ!という編集
部内からのクレームも噴出するなか、読者の方々からは
有難い回答が数々寄せられました!今号では、そんな
貴重な企画案をご紹介するとともに、それらを投票
形式で、皆様に再度ご提案。投票お待ちしております!

読者の声より(いただいた回答より抜粋)

- 買い物も含め、トータルでファッションアドバイスがもらえるようなイベントがほしい。ヘアメイクやアクセサリーの使い方などが色々教えてもらえるようなイベント。(K・Kさん他)
- 代々木公園等で開催された野外イベントほど大きなイベントではなくても、屋内でバーニャのような集いを企画してほしい。(Y・Kさん)
- 親子でフラメンコを習っています。普段は子供と大人別々のクラスにいる身なので、パーティーのようなイベントと一緒にレクチャーを受けたり、踊ったりの場がほしい!(Oさん他)
- フラッシュモブ! フラメンコのフラッシュモブって国内含めあまり聞いたことがないので、ぜひファルーカで実現させてほしいです!(A・Yさん)
- フラメンコの音楽とともにスペインの食文化も多いに盛り込んだ、食べて飲んでのお祭りイベント。踊りメイ

- 投票項目** ファルーカサイトにて投票完了! 皆様のワンクリックがイベントを創ります!
→<http://www.flamenco-farruca.jp/>
- **イベント案①『鑑賞型』**
衣装ブランド協力等による、フラメンコ衣装のショーがメインの、ファッション・イベント。
 - **イベント案②『鑑賞型』**
ファルーカ誌上で的人气投票によって選ばれたアーティストたちの生ライブ中心のエンターテインメント型イベント。
 - **イベント案③『自由参加型』**
当日集まった人々が自由に踊り、食べて飲んで交流できる。家族、友人等、フラメンコの世界を知らない人々が同伴でも気軽に参加できるフィエスタ型イベント。

- **イベント案④『自由参加型』**
数あるフィエスタの中でも、定番セビジャーナスに特化し、ワンポイントレクチャーを含みつつの、セビジャーナス一色のダンス・イベント。
- **イベント案⑤『募集参加型』**
グループ等で事前申し込みし、都内のタブラオ等を使用した(選考された全国のレッスン生による)ステージングがメインの発表型イベント。
- **イベント案⑥『募集参加型』**
フラメンコ生にとっては、避けて通れないスペイン文化、言語を身近で体験、学習するというコンセプトのもと、レクチャーも盛り込んだ文科系イベント。
- **イベント案⑦『地方巡回(参加)型』**
都心では珍しくないプロによる本格ステージを、ファルーカ・プロデュースにて企画した地方型イベント。

ンのフラメンコイベントもいいけど、カンテやギターを堪能できる音楽メインのイベント希望。(T・Hさん)
1日中スペイン人になりきる、なんちゃってスペイン旅行的なイベント。ネイティブによるフラメンコ用語の講座など、日本にしながらスペインを体感できる日があったらいいな!(K・Oさん)
フラメンコイベントといえば、関東ばかりで地方では無縁。小規模でもいいので、ぜひ地方でも企画してもらいたい。地方にもフラメンコ愛に溢れた人たちがたくさんいます。イベントに飢えていますっ!(Y・Kさん他)
よくファルーカ誌面に取り上げられている、これからの日本のフラメンコ界を担うような若いアーティストが一堂に会したようなライブを観たい。著名な大御所の方々ももちろん魅力的ですが、ファルーカさんならではの人数で企画お願いします。(Mさん他)
フラメンコ歴5年以上。プロになろうという力量も気合いもありますが、発表の場がほしい。ただ、自主企画となるとしり込みしてしまう...という、私

のようなレベルのレッスン生がステージに立てるような機会を作ってほしい。(N・Tさん他)
クルシージョってなんとなく敷居が高いイメージで参加したことがありません。そこで当日参加のクルシージョ(振付メイン)で、しかもそこで習ったことを発表できるような仕上げのパーティーも併った感じの1日イベントはどうでしょうか?(Jさん)
さて今回の相談は千葉県Yさんより。「子育てが一段落し、気がつけばアラフィフ...。フラメンコから離れて約10年。振りはもちろん、基礎的なことも忘れて、また1からのスタートです!一度は止めたものの、またレッスンに復帰した経験などがある読者の皆さま、こんな私に何かアドバイスを...」とお悩みです。レッスン再開に伴う自身のエピソードや事前の準備について、さらには励ましの声などなど、皆さまの回答をお待ちしております!

回答はこちら
<http://www.flamenco-farruca.jp/>



JR中野駅南口徒歩2分! **HP** www.macarena-tokyo.jp/



フラメンコに必要なスペイン語を学んでみませんか

スペイン語教室 マカレナ

3~6人
9,100円
(80分×4回)

2人クラス
6,200円
(60分×2回)

個人クラス
5,200円
(60分×1回)



講師のアルバルト先生は
スペイン・セビージャ生まれ
1999年に来日し、大学のスペイン
言語講師、セビージャの文化
センター東京の講師を経て
日本語と英語話者

- ★初心者から上級者の方までレベルに応じたクラスがあります
- ★1クラス3~6人の少人数クラスです
- ★個人クラス、2人クラスもあります(60分・月2回以上)
- ★DELE集中クラス実施中(2ヶ月半前より10回)

見学OK!!(要予約) 入会金なし



スペイン語教室マカレナ 東京都中野区中野3-37-10 大谷ビル2F TEL03-3229-2672 (平日10:00~18:30) メール info@macarena-tokyo.jp

ホール・劇場公演(関東)

■小松原麻子スペイン舞踊団・創立45周年記念公演

[天目山・麗姿の舞い]~櫻と松のファンタジー~

日時:10月14日(水)・15日(木)18:30開場 19:00開演

会場:国立劇場・小劇場(東京/半蔵門)

料金:¥13,000

出演:B=小松原麻子、アントニオ・マルケス(特別出演)、クリ
ジョ・テ、ホルムホス、ダヴィ・サンチェス、ダニエル・ラモス、
ヴィクトル・マルティン、オスカル・マニエンザーネ、アレハンド
ロ・ララ、伊集院史朗、佐藤晋平、小島野宏司、入江恒子、鈴
木敬子、里有光子、北山由佳、中島朋子、松浦広美、他
演奏=常磐津勘寿太夫、常磐津和英太夫、岸澤巳之吉、岸澤
式松、望月正浩、姜小青(古箏)、歳森今日子(シンセサイザ
ー)、今泉文希(チェロ)C=ナタリア・アリン、ディエゴ・ゴメ
ス G=高橋紀博、ペペ・マジャ"マローテ" P=すがえつり
問合せ:03-3314-2568 小松原麻子スペイン舞踊団

フラメンコOK!

レンタルスタジオ
スタジオ阿弥陀

日比谷線 入谷駅 徒歩5分

JR 鷺谷駅 徒歩10分

TEL.03-3844-5949

E-mail studio_amida@hotmail.com

<http://www.7b.biglobe.ne.jp/~matte/>



3時間 ¥3,000~
広さ 9.2×4 m

■田村陽子フラメンコ生活20周年記念公演

[Mirada-Piano con Duende]

日時:10月23日(金)18:30開場 19:00開演

会場:渋谷区文化総合センター大和田・さくらホール(東京/渋谷)

料金:S席¥9,000 A席¥7,500

出演:B=田村陽子、ヘスス・オルテガ、丹羽暁子、屋良有子、
宝 C=ダビ・パロマル、エル・プラテアオ G=ラモン・ア
マドール、長谷川暖 特別ゲスト=リカルド・ミーニョ(Piano)
問合せ:03-3200-0181 エストゥディオ・ラ・フエンテ

■「アンダルシアの風~音楽と舞~東日本大震災フラメンコ・チャリティーコンサート」

日時:10月24日(土)13:30開場 14:00開演

会場:神奈川県民文化センター・かなこホール(神奈川/東神奈川)

料金:¥3,000(前売¥2,500)

出演:B=草野櫻子、鈴木能律子、高野美智子、佐藤美由紀
C=チェマ、苗田剛史 G=原田和彦 Vio=三木重人
問合せ:070-6632-8367 ヒラルディーヨ事務局

■平富恵スペイン舞踊団公演

[A Midsummer Night's Dream ~真夏の夜の夢~]

日時:11月6日(金)19:00開演/7日(土)17:30開演

会場:日経ホール(東京/大手町)

料金:全席指定S席¥9,000 A席¥7,500

出演:B=平富恵、ルイス・オルテガ、ベニート・ガルシア、永田
健、北島ナディア、秦史乃、増野恵美子、ローリー・ドワイヤー、
久保田晴菜、河野陸、平富恵スペイン舞踊団 他 C=ファン
デベル、エル・プラテアオ G=ダビ・ドゥラン
問合せ:03-3905-7900 平富恵スペイン舞踊団公演事務局

■DANZARTE スペイン舞踊団[美と幻想のスペインIII]

日時:11月7日(土)18:00開場 18:30開演

会場:中野ゼロ・小ホール(東京/中野)

料金:S席¥10,000 A席¥9,000 B席¥8,000

出演:B=谷淑江、ダビ・サンチェス、アントニオ・パレス、加藤美
香 C=ヘマ・カバジェロ G=ホアン・ソト、安部一城 Vio=
田澤明子 Piano=鈴木けいこ Cajon=橋本容昌
問合せ:03-6304-8505 DANZARTE スペイン舞踊団

■ロシオ・モリーナ舞踊団 ロシオ・モリーナ舞踊団

[Afectos Afectos -アフェクトス アフェクトス-]

日時:11月23日(月)15:00開演

会場:東京国際フォーラム・ホールC(東京/有楽町)

料金:S席¥8,500 A席¥6,500 B席¥4,500

出演:ロシオ・モリーナ・ロザリオ・トラレメンティア 他

問合せ:0570-00-3337(10:00~19:00) サンライズプロ

■フラメンコ・カンタオール[ディエゴ・エル・シガウラ来日公演]

日時:11月27日(金)19:00開演

会場:Bunkamura オーチャードホール(東京/渋谷)

料金:S席¥7,500 A席¥6,000

出演:フラメンコ・カンタオール:ディエゴ・エル・シガウラ Bass
=イェルシ・エリディア Per=インドロ・スアレス Piano=ジェ
イミー"ジュミトゥス"・カラブフ G=ダン・ベンリオール
SpanishG=ディエゴ・デル・オラモ
問合せ:0570-06-9960 KAJIMOTOイープラス

ホール・劇場公演(関東外)

■「フラメンコ曾根崎心中」大阪公演

日時:10月17日(土)13:00開演/18:00開演/

18日(日)13:00開演の計3公演

会場:シアターBRABAI(大阪/京橋)

料金:S席¥10,000 A席¥5,000(全席指定)

出演:B=鍵田真由美、佐藤浩希 矢野吉峰 他 C(歌)
=三浦祐太郎、三原ミユキ、野本有流 G=横田明紀男、鈴
木尚、斎藤誠 Per=大儀見元 他
問合せ:03-5453-0016 ARTE Y SOLERA 鍵田真由
美・佐藤浩希フラメンコ舞踊団

■永倉麻貴フラメンコ舞踊30周年記念公演「天命」

日時:10月31日(土)15:00・19:00開演の2回公演

会場:金森ホール(北海道/函館市)

料金:S席¥6,500(19:00指定席は完売)

A席¥6,000(自由)

出演:B=ヘスス・オルテガ、田村陽子、永倉麻貴 C=ダビ
・パロマル G=ラモン・アマドール
問合せ:090-9082-9255 フラメンコ・ロルカ

■「フラメンコ曾根崎心中」長岡公演

日時:11月6日(金)18:30開場 19:00開演

会場:長岡市立劇場(新潟/長岡市)

料金:S席¥6,000 A席¥5,000(全席指定)

出演:B=鍵田真由美、佐藤浩希 矢野吉峰 他 C(歌)
=三浦祐太郎、三原ミユキ、野本有流 G=横田明紀男、鈴
木尚、斎藤誠 Per=大儀見元 他
問合せ:03-5453-0016 ARTE Y SOLERA 鍵田真由
美・佐藤浩希フラメンコ舞踊団

教室発表会(関東)

■第12回フラメンコスタジオCARMERA発表会

[Caleidoscopio]

日時:10月9日(金)第1部19:00 第2部20:00

会場:浅草ミレニアムホール(東京/浅草)

料金:¥2,500

出演:スタジオCARMERA練習生、小林弘子 C=水落麻
里 G=鈴木淳弘、岡田欣士

■フラメンコスタジオ・マジョール30回記念発表会

[スペインの夕べ No.30]

日時:10月12日(月)17:30開場 18:00開演

会場:なかのZERO・大ホール(東京/中野)

料金:指定¥4,000 自由¥3,000 ※小学生以下、80才

以上の方は入場無料

EstudioTÉTÉ

館津弘順フラメンコ教室

www.tete.vc

応援します!

あなたのフラメンコ!

TEL.045-212-9279(ノツ)

横浜市中区南仲通 3-26 カーニープレイス B1



出演:B=スタジオ・マジョール生徒、親子四代ファミリア・ラマス
G=鈴木英夫、山崎まさし C=パコ・エル・プラテアオ、大類
愛子 Flute=山本俊自

問合せ:03-5377-7788 フラメンコスタジオ・マジョール

■藤井かおるフラメンコスタジオ東京クラス発表会

[cincopuentes]

日時:10月12日(月)12:30開場 13:00開演

会場:エル・フラメンコ(東京/新宿)

料金:¥3,000(前売¥2,500)

出演:B=藤井かおるフラメンコスタジオ東京クラス生徒、藤井かおる
C=有田圭輔、大淵博光 G=片桐勝彦 Vio=平松加奈
問合せ:090-1429-9478 広島

■「第11回阿部碧里フラメンコ教室発表会」

日時:10月24日(土)12:30開場 13:00開演

会場:エル・フラメンコ(東京/新宿3丁目)

料金:¥3,000(前売¥2,500)

出演:B=阿部碧里フラメンコ教室生徒 阿部碧里 C=那
須慶一 G=内藤信
問合せ:050-3522-8239 阿部碧里フラメンコ教室

■「スタジオドラード発表会」

日時:11月3日(火)17:00開場 17:30開演

会場:日本橋劇場(東京/日本橋)

料金:全席自由¥3,000

出演:B=スタジオドラード生徒、グラシアス小林 C=永瀧
三貴生、小林ゆうこ G=ホアン・ソト Per=容昌
問合せ:03-3234-6242 スタジオドラード

■「中尾真澄フラメンコスタジオ発表会公演」

日時:11月8日(日)第1部17:00 第2部18:40

会場:練馬文化センター・大ホール(東京/練馬)

料金:¥3,500(前売¥3,000)

出演:B=中尾真澄 生徒 ゲスト=元 宝塚歌劇団 C
=川島桂子、永瀧三貴生 G=片桐勝彦 Per=すがえつ
のり Piano&Vio=森川拓哉
問合せ:03-5999-3240 スタジオ ソル

塚原利香子フラメンコ教室

初心者からプロを目指すまで
生徒募集中

<http://rikako.jimdo.com>

Tel:090-9001-1935

東西線 早稲田駅 徒歩30秒

New スタジオ Open 記念キャンペーン!!

新規入会者にレッスン用アルバムプレゼント



レンタルスタジオ OPEN!!

HARA Studio

東西線 早稲田駅 徒歩30秒

広さ33㎡ 鏡1面のみ7m

オーディオあり

30分1,000円~

<http://rikako.jimdo.com/> スタジオレンタル/

問合せ:090-9001-1935(塚原)



関東外ライブ(発表会・クルシージョ他含む)

■第7回カルメン「フラメンコカンテライブ」

日時:10月3日(土)18:00開場 20:00開演
会場:スペイン料理カルメン(神戸/三宮)
料金:¥2,600~
出演:C=恵理 他 G=中西雄一
問合せ:078-331-2228 カルメン

■依田フラメンコスタジオ発表会・ARTE2015

「アルハムブラ〜三人の姫と私〜」

日時:10月17日(土)17:30開演 18:00開演
会場:名古屋芸術創造センター(愛知/新栄)
料金:S席¥4,860 A席¥3,780(前売S席¥4,320 A席¥3,240)
出演:ゲストダンサー=ジョナタン・サンチェス G=今田央、山岸卓斗 C=柏山美穂、内田みつる、小松美保 Per=橋本容昌 Sax&Flute=榎田薫 Vio=中塚統子
問合せ:052-783-5020 依田由利子フラメンコスタジオ東山校本部

■石原理江フラメンコスタジオ Agua de sevilla 発表会

vol.15「盗むならラダダ 惚れるなら月」

日時:10月25日(日)17:30開演 18:00開演
会場:パティオ池鯉鮒(知立市文化会館)花しょうぶホール(愛知/知立市)
料金:¥3,500
出演:B=石原理江 石原理江フラメンコスタジオ生 C=ディエゴ・ゴメス、阿部真 G=柴田亮太郎、宇根理浩 P=園田健介
問合せ:0566-79-3505 石原理江フラメンコスタジオ

■「市川幸子フラメンコスタジオ・サルシージョ静岡教室発表会」

日時:11月1日(日)13:00開場 13:30開演
会場:しずぎんホール ユーフォニア(静岡/葵区)
料金:¥2,500(前売¥2,000)
出演:B=サルシージョ生徒一同、市川幸子 C=川島桂子、大淵博光 G=久保守
問合せ:090-1858-3683 市川

■「ヘス・オルテガ」フラメンコクルシージョ」

日時:11月1日(日)10:00~11:30 プレリア(初~中級)
会場:函館アリーナ・スタジオB(北海道/函館市)
料金:¥7,000(公演チケットご購入の方は事前申込で¥500割引)※後半は伴奏付
問合せ:090-9082-9255 フラメンコ・ロルカ

■塚原利香子フラメンコ教室「会津若松クラス発表会」

日時:11月7日(土)13:30開場 14:00開演
会場:会津若松文化センター・大ホール(福島/会津若松市)
料金:未定
出演:B=教室生徒一同、塚原利香子 C=ダニエル・リコ G=尾藤大介 Vio=森川拓哉
問合せ:090-9001-1935 塚原

■「Vivo en EL MANGO」

日時:11月13日(金)第1部19:00 第2部21:00
会場:EL MANGO(北海道/札幌市)
料金:各¥3,500(1ドリンク付)
出演:B=松彩果、千葉亮子、鈴木由紀枝 C=有田圭輔 G=小林亮
問合せ:011-512-0195 EL MANGO

■「タブラオ・ミヴィダ」フラメンコライブ」

日時:毎週金・土・日開催
(金・土曜/第1部 19:00 第2部 21:00
日曜/第1部 18:30 第2部 20:30
会場:タブラオ ミヴィダ(大阪/心齋橋)

NEW マキ・コスチューム

新作 出来ました!

Maki's Costumes 踊ってわかるプロの1着

マキ・コスチュームは、1点物オリジナル衣装が中心です。

オリジナル既製衣装
・スカート・ブラウス
・バタ・デ・コーラ
・レンタル衣装600着
・注文衣装
・大特価ニット物

木装の会合は一度だけ
一目惚れの1着に出会えます
プロがチェック!

レンタル
10%割引

TEL&FAX:04-7155-5749
営業時間:AM11:00~PM6:00
休日:毎週水・木曜日
お問合せ:makicostumes@nifty.com

NEW マキ・コスチューム コイン
セブンイレブン
JR有明駅
JR有明駅西口下車2分
JR有明駅西口下車2分(京葉銀行ウラ)

ブログ フラメンコ衣装「マキ・コスチューム」できました! <http://suzmakilog.blog.fc2.com/>

料金:¥3,500(オードブル・1ドリンク付)
出演:B=市川恵子、塚塚山スタジオ舞踊団 他 C=奥村秀晃、岡本進、松林由美、鎌田未来、山下裕見江 G=土橋幸男、伊達ちづ子、今井晴男
問合せ:06-6211-0070 タブラオ ミヴィダ

関東のライブ(9月~12月)

■「グランデセオ」タブラオ・ライブ」

日時:9月26日(土)第1部18:30 第2部20:00
会場:グランデセオ(東京/八王子)
料金:¥1,000(入替無)
出演:B=塚原利香子 小島裕子 島崎りの C=川島桂子 G=山内弘之
問合せ:042-649-6480 グランデセオ

■「Domingo Flamenco」阿部碧里ソロライブ」

日時:9月27日(日)16:30開演 17:00開演
会場:ノーヴェンバー・イレブンス1111 Part2(東京/赤坂見附)
料金:¥4,320
出演:B=阿部碧里 C=那須慶一 G=内藤信 P=稲田進
問合せ:050-3522-8239 阿部碧里フラメンコ教室

■「エストレーヤ」タブラオ・ライブ」

日時:9月29日(火)第1部19:30 第2部8:30
会場:神谷町エストレーヤ(東京/神谷町)
料金:¥1,000
出演:B=塚原利香子 C=斎藤綾子 G=鈴木一義
問合せ:03-5777-8900 エストレーヤ

■「正木清香ソロライブ vol.1」

日時:10月11日(日)12:00開演 13:00開演
会場:エル・フラメンコ(東京都/新宿 伊勢丹会館6階)
料金:¥5,000(ワンドリンク&タパス付)
出演:B=正木清香 C=ファン・カンタローテ、ラウル・レヴィア G=マヌエル・カスティージャ
問合せ:090-1686-4780
mail:sayakamasaki14@gmail.com
※ご予約順にお席をご用意させていただきますので予めご了承くださいませ。

■「フラメンコライブ in エルセロドス」

日時:10月19日(月)第1部19:00 第2部20:30
会場:スペインバル・エルセロドス(東京/秋葉原)
料金:A席¥1,000 B席¥500

出演:B=鴨下和美、池谷香名子、橋野恵子、尾形亜希子 C=大橋範子 G=今田央
問合せ:03-3837-4128 スペインバル・エルセロドス

■「アルハムブラ」フラメンコ・ライブ」

日時:10月29日(木)第1部19:15 第2部20:45
会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
料金:各¥700
出演:B=塚原利香子 鈴木旗江 千葉祥子 杉山美枝 C=森薫里 G=尾藤大介
問合せ:03-3806-5017 アルハムブラ

■「女声合唱かまぐら」の風」第9回定期演奏会

「いざいざ鎌倉」
日時:11月12日(木)13:30開演 14:00開演
会場:鎌倉芸術館大ホール(神奈川/大船)
料金:¥1,000(全席自由)
出演:指揮=渡辺宏子 Piano=長谷川貞子、本間業穂子
出演:noko-wolf@u01.gate01.com かまぐらの風

■「はな8」

日時:11月19日(木)・20日(金)
両日共に19:00開場 19:30開演
会場:座・高円寺2(東京/高円寺)
料金:¥7,500(前売¥6,500)
出演:B=森田志保 C=Manuel de la Malena C=Diego Gomez(カンテ)G=Emilio Maya、柴田亮太郎 コントラバス=齋藤徹 他
問合せ:0422-20-5898 トルニージョ

■「エスベランサ」マラ・マルティネス 出演ライブ」

日時:12月6日(日)第1部20:00 第2部21:15
会場:カサ・デ・エスベランサ(東京/高円寺)
料金:¥6,500(割引券のない場合¥500)
出演:B=マラ・マルティネス、ラファエル・マルトス C=マヌエル・デ・ラ・マレーナ B=ファン・ソト、鈴木一義
問合せ:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスベランサ

■「アルハムブラ」フラメンコ・ライブ」

日時:12月25日(金)第1部19:15 第2部20:45
会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
料金:各¥700
出演:B=塚原利香子、宮川静代、小池朱美 他 C=未定 G=今田央 Cajon=容介
問合せ:03-3806-5017 アルハムブラ

フラメンコ商品輸入販売・旅行手配 — OFC

サバトス ¥9500~
アバニコ ¥5000~
コルドベス ¥4800~
パリージョ ¥6500~ 他多数あり

個人・スタジオの方ご連絡下さい。
カタログ(無料)お送りします。

TEL & FAX 03 (3319) 7309
E-MAIL: ofces@ofc-es.com
<http://www.ofc-es.com>

※その他スペインワイン/オリーブ/生ハムオリーブオイルなども扱っております。

BENITO
Tokyo flamenco studio
GARCIA

ベニート ガルシア フラメンコスタジオ
<http://www.benitogarcia.jp/>

本物のフラメンコを習いたい方!

フラメンコダンサー、講師として豊富な経験と知識をもつ、Benito Garciaがここでしか学べないことをたくさん教えます!!
割引制度が多数!
グループ割引・複数クラス割引、ほか詳しくはHPをご覧ください。
★子供サポート制度 小学生以下月謝4800円が500円に!
東京都北区赤羽 2-53-3 山本ビル1F
JR赤羽駅徒歩5分/南北線赤羽岩淵駅徒歩2分
Tel:03-6276-8787
e-mail: info@benitogarcia.jp

パーニャ、カンテクラスなど各種イベント行なっています!(不定期)

見学・体験 随時受付中!

★ファルーカ注目公演★

ロシオ・モリーナ舞踊団 Afectos -アフェクトス-



2015年11月23日(月・祝)
15時開演
東京国際フォーラム ホールC
【チケット好評発売中】
S席:¥8,500 A席:¥6,500
B席:¥4,500
日本公演公式ホームページ
<http://rocio-molina-japan.com/>

Afectos—それは2人の人間の間に起こる情動。喜び、憂い、怒り、愛…人間に付きまとうあらゆる感情が、踊り手・ロシオと歌い手・ロサリオという2人の女性によって表現される。2人の女性の親密な交感を感じさせるこのプログラムは、男性によるカント(歌唱)がリードすることの多いフラメンコにおいて、「女性によるフラメンコ」を電撃的に提示した。フラメンコ愛好家のみならずあらゆるダンスファンから熱い視線を浴びるロシオのフラメンコは、ここ東京でどのような感情を生み出すのか。

スペイン国立バレエ団 2015日本公演



©Stanislav Belyaevsky
2015年10月31日～11月3日
東京文化会館 大ホール
2015年11月20日～11月22日
Bunkamura オーチャードホール
公演HP:<http://www.ints.co.jp/bne2015/>
【全国公演】名古屋:11月5日
大阪:11月7日～8日
岡山:11月12日/仙台:11月15日

1978年の創立以来、ホアキン・コルテスやアントニオ・カナレレスなど名だたる一流ダンサーを多数輩出、日本にも根強いファンを持つスペイン最高峰の舞踊団が超話題作とともに再来日決定!!
2011年、新芸術監督となったアントニオ・ナハロは、フィギュアスケートのステファン・ランビエールらへの振付でもその名を轟かせるなど、世界で最も注目を集める若き鬼才である。
本公演では、スペインでの初演時には連日完売の人気を博し、前回の日本公演でも絶賛の嵐を巻き起こしたナハロ振付による、「セビリア組曲」と、同団の代表作として愛されてきた名曲「ボレロ」など、フラメンコの真髄を味わえるAプログラムと、ナハロ自ら振付をした渾身の新作「アレント」と、気鋭の振付家たちによる、ハイレベルな振付と表現が見ものこちらの新作の「サグアン」、どちらも日本初演のBプログラム。

España Hoy

もっせ! 知りたい スペイン



Tema Jamón
(生ハム ハモン)

今日は、皆さんも大好きなスペインの生ハムについて書きます。

スペインのハモンには「ハモンイベリコ」と「ハモンセラノ」の2種類があります。大まかに説明すると、ハモンイベリコは黒豚で純粋イベリコ豚が75%のイベリコ豚の血を持つデュロック・ジャージー豚を放牧し、牧草地で育てます。与える飼料によってハモンの呼び方も変わってきますが、高級で有名なハブーゴは牧草地でどんぐりを与え、放牧で自由に育てます。肉質は脂との自然な均整がありアロマも少し強いのが特徴です。

一方、ハモンセラノは白豚で放牧ではなく舎飼いで飼料を与えられ、育ちます。イベリコよりアロマも味も柔らかく、脂質もやわらかです。

ハモンイベリコの産地は、エストレマドゥーラからウエルバに向かってハモン街道があり、数百の放牧地が広がっています。有名なのはウエルバ県のハブーゴ、エストレマドゥーラのギフェロ、カセレス、少し外れたコルドバのロスベドロチェスなどが有名です。

ハモンセラノの有名な産地は、アラゴン地方のテルエル、グラナダなどです。

筆者も先日カセレス周辺を旅しましたが、ハモンの美味しさにあらためて目を見張りました。ハモンは山の牧草地にあるので、同じくチーズも有名なところが多く、美味しい食べ物にいたるところで出会うことができます。スペインを旅されるなら、次回は美味しさを求めてエストレマドゥーラからハモン街道を旅してはいかがでしょうか。(OFC 磯野智子)



PRESENT

「アナタならどうする?」に回答してくれた方の中から抽選でプレゼント! 回答は (www.farruca.jp) で受付中

【次号の相談は】

「子育てが一段落し、気がつけばアラフィフ…。フラメンコから離れて約10年。振りはもちろん、基礎的なことも忘れて、また1からのスタートです!一度は止めたものの、またレッスンに復帰した経験などがある読者の皆さま、こんな私に何かアドバイスを…」とのお悩みです。レッスン再開に伴う自身のエピソードや事前の準備について、さらには励ましの声などなど、皆さまの回答をお待ちしております!

- ファルーカオリジナル マーメイドファルダ
- ・チャコールグレイ 1名様
- ・パーガントディ 1名様

練習用に最適。シンプルなマーメイドファルダです! 若干、生地が伸縮しにくい素材ですので、ご注意ください。サイズ:フリー(M~L) 日本製

(締切 2015年10月20日)



- ファルーカオリジナル OLE Tシャツ 1名様

サイズ:160cm (女性M相当)

大人気のOLE Tシャツ黒! レッスン着として大活躍!



(締切 2015年10月20日)

フラメンコを楽しむ人のコミュニティペーパー

Farruca ファルーカ Vol.39

発行日: 2015年9月20日
発行: 株式会社エムツーカンパニー
〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-32-1やまかわビル2F
TEL.03-5577-6486 FAX.03-5282-7052
Email: info@farruca.jp

STAFF
Publisher&Product Manager
南千佳子
Editorial Staff
恒川彰子、福田陽子
松本直子、加藤恵美子
Design
松本恵子
Illustration
hacy

編集後記

■夏の間、猛暑にかまけてウォーキングを怠っていたら、すっかり足の筋力がダウン! やはりリコンスタントに動かなければ(つ) ■毎朝ラジオ体操をするようになって、なんだかいい感じなんだわ。(え) ■ワインの産地がわかったので、興味津々! たくさん試してみたい今日この頃です。(ま) ■やっとペランダからの涼風が心地よく感じられるこの頃。今年は一段と待ち遠しかった…芸術の秋の到来です! (ふく) ■秋といえは栗! 今年の秋はマイ フェイバリット モンブランを決定すべくお店を調査中。シンプル〜なモンブランが好きです。(み)

21 1点もの! スペイン製フリルマーメイド
ハイウエストにも! AB ¥9,800→**¥6,800**



▲A~G
 ハイウエストにすると
 こんな感じ!

22 1点もの! スペイン製フリルマーメイド
ハイウエストにも! CDE ¥10,000→**¥6,900**



ウエスト折り曲げて
 丈の調節可能
 ハイウエスト約15cm
 プラス約95cm
 W約64~
 (生地伸縮にて着用)

スペイン製フリルマーメイド ¥17,800→
ハイウエストにも! FG **¥9,800**
 (FG共2点ずつあり計4本) ハイウエスト部分16+98cm W約62
 ハイウエスト部分16+102 W約66



23 1点もの! カラフル水玉ファルダ
丈約80 W総ゴム58~
 ¥10,800→**¥6,800**



▶ヒタチオ
 ▶タコニス
 小柄な方用&お子様用にも!

24 バレンシアオリジナル
えり付きダブルフリルブラウス
 ¥10,800→**¥6,900**



伸縮ポリエステル
 サイズM
 ▶ブラック

▲ホワイト

バレンシアオリジナル
ピンクレース使いバラ柄
ティアードファルダ **25**
 ¥19,800→
¥12,000



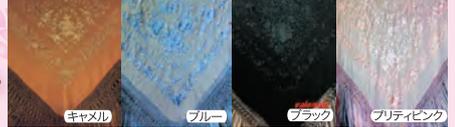
丈約99 W総ゴム62~
 伸縮ポリエステル
 トップス別

26 バレンシアオリジナルフラメンコ用ベチコート
 ¥10,800→
¥6,900



W総平ゴム
 約60~
 伸ばして約80
 丈約90
 S字ホック付

27 スペイン製
マントン
約130×130cm
フリンジ
約55cmほど ¥78,000→**¥40,000**



キャメル

ブルー

ブラック

フリティピンク

29 スペイン製大判シージョ
レッド×ホワイト刺繍
 ¥10,800→
¥6,900



約150cm×約73cm
 プラス約20cm
 (三角形)

30 アメリカンスリーブ
ワンピース 丈約140
 ¥29,800→
¥18,000



▲B~約90まで
 W~約70まで
 ポリエステル素材
 (丈つめ¥3,240)

31 ブラックバラ柄
ゴージャスフリル
マーメイドファルダ
 ¥19,800→
¥7,000



▲丈約85 W総ゴム約66
 伸縮ポリエステル シフォンフリル



28 ベチコートにも!ゴージャスレース
ホワイトティアードファルダ
 W総ゴム約60~いっぱい伸ばして100ほど
 (調節ヒモ付)
 丈約92 裏地付 **¥9,200**



33 バラ柄&ドット
スズフリル
ゴージャスファルダ
 ¥19,800→
¥12,000



W総ゴム63~丈約94
 ▶レッドバラ
 ▶パプリックバラ

35 レッドバラ柄
スタンドカラーフリル
ブラウスM(前ボタン)
 ¥9,800→**¥3,000**



36 1点もの! スペイン製
イロイロ水玉生地使い
スズ3段ファルダ
 ¥26,800→
¥19,800



▶ヒタチオ
 W総ゴム60~
 伸ばして約80
 丈フロント部分約67
 サイドバック約97

▼ブラック
 W総ゴム61~
 伸ばして約80
 丈フロント部分約64
 サイドバック約93

38 胸元フリルいっぱい!
ブラックコットンブラウス
 前ファスナー 表面コットンレース
 裏ポリエステル(伸縮性無・縫有含)
 実寸表示 着丈約52cm 肩幅37 B82 W72 袖丈52
 ¥9,800→**¥4,900**



39 スペイン製 衣装にも!
豪華マントン刺繍プリントシージョ
 ¥37,000→**¥19,900**



約172cm×32cm
 フリンジ約52cm
 生地
 ポリエステル80%
 コットン20%

40 グアダルペ
高級フラメンコ衣装
 ¥98,000→
¥69,990



▶サイズ
 総丈約134
 B約92
 W約70
 H約92

34 美しい... スペイン製
透かし模様がステキな
フラメンコ
コム
 ¥2,980→
¥1,900



注文方法

TEL・FAX..... (0586) 46-2884 (受付時 PM12~18)
 Email.....info@shiop-valencia.com
 お名前・〒・ご住所・TEL・商品・数量をご連絡願います

送料

全国一律**¥1,500** (合計¥21,600以上送料無料)

SALE価格商品に付き、不良品以外は返品交換不可・サイズ・生地など
 心配なお客様は必ずお問い合わせをいただきご購入のうえ購入願います。
 外国製品に付き縫製など日本製よりしっかりしていない場合がございます。
 あらかじめご了承願ひ、縫製・生地など細かな点の気になさるお客様はご遠慮ください。

TEL・FAX・メールのご注文のお客様は 現金の代金引換のお支払方法のみ ホームページ内での決済はカード決済も可能

フラメンコ衣装 バレンシア 発表会準備はお済みでしょうか?

2015.10月 お買上げ合計¥21,600以上送料無料 限定数なくなり次第終了 (表示価格+消費税) **ご注文は (0586)46-2884** TEL・FAX お電話でのご注文受付は12:00~18:00まで

1 10周年特別価格!
スペイン製 31cm アバニコ (片面張り)
 ¥4,900→
¥1,990
 白 黄 オレンジ ピンク 紫 赤 緑 ターコイズ (難有品含)

2 アバニコ要部分 取り替え金具 (説明書付)
 ¥980→**¥499**

3 10周年特別価格!
高級レース使いアバニコケース (約38cm×約10cm)
 ¥3,900→**¥1,500**

4 スペイン製 パリージョ (カスタネット)
 ¥8,300→
¥3,590

▲サイズ5号 約9x約7cm
 スペイン・フェリグラナ社 合成樹脂 148g

5 カスタネットの練習用に! 音消しケース (カスタネット別)
¥1,480

7 10周年特別価格! 残りわずか!
スペイン製フラメンコシューズ(裏釘あり)
 ¥12,800→**¥5,000**
 22.5 23.0 23.5 24.0 24.5cm (大幅割引の為返品交換不可)

8 10周年特別価格!
シルク5本指ソックス
 ¥1,260→
¥500
 ペーージュ 限定50足 サイズ 22~24cm 24~26cm

9 フラメンコ網タイツ ブラックのみ (日本製 M~L)
 ¥725→
¥500

11 大人気商品!
レッスンに最適! スカート付パンツ S・M・L・LL ¥4,500
 スカートは取り外し可能! ストレートパンツ仕様ですっきりスリムに!!
 W総ゴム (キヤミソール別) 伸縮性有

12 スペイン製サークルデザインペイネタ 20cm×10.3cm ¥1,980→ ¥500
 ブラック ホワイト イエロー オレンジ レッド ピンク ターコイズ パープル ビスタオ

13 10周年特別価格!
ホワイトベチコート約90丈
 ¥8,800→**¥3,000**
 W約60~ 総平ゴム S字ホック付 サテン ポリエステル

10 10周年特別価格!
フラメンコ用ファルダ 丈約90 W(総ゴム)約65~
 ¥7,900→
¥3,500

14 ゴルドベスケースBAG (フタ裏ポケット ゴムフック付)
 ¥13,000→
¥6,999

15 メリハリボディに! ペーージュヒップパット
 ¥3,980→**¥1,990**
 ▶W約60~伸縮性有 サイド幅約18cm M-Lサイズ対応

16 フラメンコ オーバーフリルブラウスM レッド パープル
 ¥6,900→ **半額SALE!**
¥3,450

17 広がるバラ柄 ブラックフリル使い ファルダ
 ¥10,800→
¥5,900
 総丈約94 W総ゴム約62~ 伸ばして約75ほど 後ろファスナーホック付 (プラスベルトは別売) 10本限定

20点限定SALE!
20 No.1売れてます!!
バタデコーラ ¥59,000→**¥23,800**

18 バンツやスカートにプラス! ミニ丈ファルダ
 ¥8,900→
¥3,000
 W総ゴム約66~ 伸ばして約80 丈約66~78 パワーネット素材 裏地付

19 バレンシアオリジナル メリハリボディメイク! 衣装用! 胸パット
 ¥1,680→**¥990**

20 No.1売れてます!!
バタデコーラ ¥59,000→**¥23,800**
 前丈約94 後ろ約178 W約76 H約100 後ろファスナー

人気商品!
 フラリル先 カンカクフリル先 カンカクフリル先 カンカクフリル先
 フラリル先 カンカクフリル先 カンカクフリル先 カンカクフリル先
 フラリル先 カンカクフリル先 カンカクフリル先 カンカクフリル先

Farruca Select Shop

フェルーカ・セレクトショップ



COCOAR(無料スマホアプリ)で左のタイトルをかざして注文サイトへGO!

フェルーカでお買物!

このページの商品はすべてPCサイトと携帯サイトから購入出来ます。



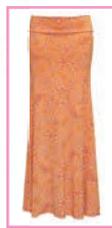
※Farruca 取扱商品は、断り書きがあるものを除き全てスペイン製です。



◀マーメイドファルダ・マカレナ
紫×ピンクレース風
【限定1着!】
¥22,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)

商品番号 39K 02

異素材のボランテが存在感を醸し出す、キュートな配色のマカレナモデル。ボランテは今流行のレース風。衣装にも最適!ファルダ本体の素材は伸縮性のあるポリエステル。



◀マーメイドファルダ・オレンジ花柄
【限定1着!】
¥17,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)

商品番号 23K 04

刺繍のような凹凸のある生地が可愛い花模様を浮か立たせました。素材は伸縮性のあるポリエステルで軽く、着心地抜群!



◀マーメイドファルダ・マカレナ
紫×モノトーン花柄
【限定1着!】
¥21,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)

商品番号 39K 01



華やかでスタイリッシュなボランテが特徴のマカレナモデル。モノトーンの花柄が軽やかに、上品なイメージ。コーディネート幅も広がります!ファルダ本体の素材は伸縮性のあるポリエステル。



▶マーメイドファルダ・紺白花柄
【限定1着!】
¥17,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)

商品番号 39K 03

スペイン製ならではのモダンなプリント柄。白の花模様が紺地に鮮やかに、素材は伸縮性のあるポリエステル。

▶マーメイドファルダ・リニア
紫×グリーン
【限定2着!】
¥18,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)

商品番号 39K 04

鮮やかなグリーンボランテが映える、スペインならではの配色。紫色のウエスト部分が締まって見えます。素材は伸縮性のあるポリエステル。



ピアス ¥2,500(税込)

色/ピンク、ピスタチオグリーン、パープル サイズ/幅3センチ、天地7センチ
レース細工の小ぶりなピアス。リーフのデコレーションがアクセント。とても軽いです。
※ピアスは、軸を折れればイヤリングとしても使えます。

商品番号 39C 01



◀ポスターレプリカ・セビージャ A
¥4,800(税込)
サイズ/70センチ×50センチ

商品番号 39C02-A

▶ポスターレプリカ・セビージャ B
¥4,800(税込)
サイズ/70センチ×50センチ

商品番号 39C02-B



お店やスタジオのインテリアとして人気です! 各1点もの。鮮やかな配色が雰囲気盛り上げてくれます。

フェルーカオリジナル

マーメイドファルダ
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
日本製
定番人気のドット柄。素材は伸縮性のあるポリエステルで、折りたたんでもコンパクト!レッスン着におすすめ。

商品番号 FS 39 ベージュ



商品番号 FS 40 ピンク



▶フェルーカオリジナル
Tシャツ
FLAMENCO
ブラック
¥3,240(税込)

商品番号 FT10-B

レディースTシャツは裾くりがゆったりしたデザイン。ユニセックスタイプのTシャツと2種類ご用意しました。



(写真はレディスです)

▶フェルーカオリジナル
Tシャツ
FLAMENCO
白
¥3,240(税込)

商品番号 FT10-S

レディースTシャツは裾くりがゆったりしたデザイン。ユニセックスタイプのTシャツと2種類ご用意しました。



(写真はレディスです)

●ご注文・お問い合わせ <http://www.farruca.jp/shop>

フェルーカ 検索

●携帯サイトからも注文可能 ●カード払いOK

Tel.03-5577-6486 (平日10:00~16:00受付) E-mail: dokusha@farruca.jp Fax.03(5282)7052

●Eメール・FAX・TELでも注文できます。

Step1

ご注文

- WEBサイト・携帯サイトのフェルーカ・セレクトショップからご注文ください。
- Eメール、FAXでのご注文の場合の記入事項
 - ①お名前
 - ②〒・住所
 - ③電話番号
 - ④FAX番号
 - ⑤メールアドレス
 - ⑥商品名と商品番号 (サイズ、色、ピアスカイリングか)
 - ⑦個数
 - ⑧支払い (振り込み・代金引換)
 - ⑨お届け希望 (曜日・時間)

Step2

ご注文確認

- ご注文確認メールが届きます。内容に間違いがないかご確認ください。

Step3

ご注文確定

- 在庫の有無、納品予定日、振り込みの場合は支払口座をお知らせします。

Step4

お支払

- お支払い方法
代金引換・銀行振込 (前払い制)・クレジットカード決済よりお選びください。
- Eメール、FAX、TELでのご注文は代金引換のみとなります。

Step5

お届け

- 前払いの場合は入金確認後7日以内に発送、代引の場合は注文後7日以内に発送します。在庫切れの場合、またはレオタード、ファルダ、などの受注発注商品は、お届けに2ヶ月弱かかる場合がございます。詳細はご連絡いたします。

※お客様の個人情報、許可なく商品発送以外の目的で使用することはありません。