

フラメンコを楽しむ人のコミュニティペーパー

ファルーカ www.farruca.jp

Farruca

2017年3月

Vol.45



②-【特集】

スペイン料理でおもてなし!

⑤-【DVD】『水曜どうでしょう』

【CD CHECK】セビジャーナス ヒット曲集「エル コンフーロ」
ラジャ・リアル「ルンバス」

【エミリーちゃん】セビリアの春祭りの巻

⑥-【ミラーダ】梶山彩沙インタビュー

⑦-【カフェフラメンコ】スペイン人のクルシージョに参加しよう!

⑧-【みんなで解決】踊るための身体づくり

【スペイン旅行のキ・ホ・ン】アンダルシアの祭り(上半期)

【PickUp】ワンダフルoneアワー

沖仁 フラメンコギター・コンサート

⑨-【寄り道手帖】ヨガ ジャパン2017

⑩-【ファルーカ オープンクラス開催】セビジャーナス・ブレリア

⑪-◎ライブ情報

⑭-◎Farruca's Room

⑮-◎ファルーカセレクトショップ

Take Free 無料



みんなでワイワイ集まろう!

スペイン料理で おもてなし!

お肉のパエージャ

トルティージャ

マセドニア

かきのアヒージョ

タパス&ピンチョス

何人が集まって気楽に楽しめるホームパーティーはとても楽しいものです。好きな音楽をかけて、ワインの飲み比べをしたり、みんなでワイワイ料理を作ったり。オススメのフラムンコビデオを見ながら、盛り上がるのも良いですね！

そんな時にピッタリな、スペイン料理のレシピをご紹介します。ホストのプレッシャーにならない、簡単で美味しいレシピです！

どんなメニューにする？

メニューを考える時は、あの料理も出したいな、この料理も食べてもらいたいなど気持ち盛り上がりやすいですね。でもちよつと待って。ホストだって、皆と一緒におしゃべりを楽しみたい！お料理や飲み物の心配ばかりしては、肝心のパーティーを楽しめません。メニューを考える時は、

①作りおきできて美味しいもの

②調理が簡単ですぐに出せるもの

③メインディッシュ・調理して暖かく提供するもの

の3つに分けて、バランスよく構成すると良いでしょう。例えば右のメニューでいうと、こんな感じです。

①作りおきピンチョス(ピクルス)、トルティージャ

②調理が簡単生ハムのタパス、かきのアヒージョ

③メインディッシュお肉のパエージャ

前日に用意できることと

当日午前中に準備すること。

次に段取りを考えます。

①前日にできること

②当日の午前中にできること

③パーティーの間にできること

の3段階に分けて考えましょう。今回のメニューに当てはめると、

①前日・・・ピンチョス用ピクルスを作る、サンタリアを作る

②当日午前中・・・マセドニアを作る、トルティージャを焼く、タパス&ピンチョスを作る

③パーティーの最中・・・アヒージョを作る、パエージャを作る

と、うまく分散できると楽になります。缶詰やケーティングを利用して良いし、お客様と一緒に作るというのも、楽しくて良いアイデアです！

タパス&ピンチョス

★ピンチョス用ピクルス

前日にトマトときゅうりを漬け込みます。

vol.30
掲載



材料

- ・プチトマト 1パック(15個程度)
- ・ミニきゅうり 5本
- ・【ピクルス液】
- ・砂糖 大さじ4杯半
- ・塩 小さじ3~4
- ・黒こしょう(ホール) 4粒
- ・ローズマリー 2枝
- ・白ワインビネガー 150cc
- ・水 150cc

作り方

- ①プチトマトをさっと洗いヘタを取り、つまようじで3~4カ所、皮に穴をあけます。きゅうりも洗い、ガラスの容器などに詰め、タイムの枝も入れておきます。
- ②ほうろろ鍋に、ピクルス液の材料を全部入れて火にかけて沸騰したら火をとめます。
- ③トマト等がひたひたに浸かるよう、ガラス容器に注ぎ入れ、冷蔵庫で、半日以上保存したら出来上がり。

★ピンチョス

材料(10本)



- ・プチトマトのピクルス 5個
- ・ミニきゅうりのピクルス 約1本
- ・チーズ(マンチェゴなど) 約100g

作り方

- ①きゅうりとチーズを15ミリ角程度に切ります。
- ②トマトとチーズ、きゅうりとチーズを組み合わせ、つまようじで刺します。仕上げに黒胡椒をかけます。

vol.20
掲載

★生ハムのタパス

材料(5個)



- ・パン薄切り 5枚
- ・個装クリームチーズ 2~3個
- ・ジャム(洋梨)
- ・生ハム
- ・きゅうりのピクルスまたはオリーブ

作り方

- ①パンにクリームチーズを塗り、その上にジャムをのせます。
 - ②生ハムをのせ、ピクルスをのせたら、つまようじで刺して固定します。
- ※ジャムは洋梨のほか、いちじく、柑橘類も合います。

★かきのアヒージョ

材料



- ・かき 8個
- ・んにんにく 2片
- ・唐辛子 1本
- ・オリーブオイル 約100cc

作り方

- ①かきは塩水で洗い、キッチンペーパーで水気を取っておきます。
- ②カスエラ(土鍋)にオリーブオイルとんにんにく、種を抜いた唐辛子を入れ、熱して香りを出します。
- ③かきを鍋に入れ、ぶつくりとして浮き上がってくるまで煮ます。

★トルティージャ

vol.7
掲載



材料(18センチフライパン分)

- ・卵 4個
- ・じゃがいも 1個
- ・マッシュルーム 6個
- ・オリーブオイル
- ・塩

作り方

- ①じゃがいもはいちよう切り、マッシュルームは薄切りにします。卵はボウルに割り入れ、塩をひとつまみ加えかき混ぜておきます。
- ②フライパンにオリーブオイルを多めに入れ熱したら、じゃがいもを揚げるようにゆっくり火を通します。塩で味をつけ油を切り、卵液のボウルに投入します。同じようにマッシュルームにも火を通しボウルに入れます。
- ③フライパンに薄く油をひいて2の卵液を全て入れます。箸でスクランブルエッグを作るようにかきまぜ、まとめて高さを出します。
- ④全体が固まってきたらフライパンより少し大きい皿にひっくり返します。少しくらい卵液がとろっとしていても大丈夫。
- ⑤お皿の上のトルティージャを徐々にずらしフライパンに再投入します。これを数回繰り返して中まで火が通ったら出来上がり！

★アリオリ

vol.29
掲載



材料

- ・んにく 1/2片
- ・塩 小さじ1-4
- ・卵黄 1個
- ・オリーブオイル 約150cc
- ・レモン汁 小さじ1

作り方

- ①んにくの芽をとりすり鉢ですり、塩、レモン汁を加え、よくまぜ合わせます。
- ②さらにオリーブオイルを小さじ1杯ほど加え、よくまぜます。
- ③ボウルに移し、オリーブオイルを少量ずつ加え、泡立て器で泡立てるようにまぜます。もったりとしてマヨネーズのようになったら出来上がり。

★お肉のパエーリャ

材料

- ・鶏肉 400g
- ・ソーセージ 3本
- ・ねぎ 2本
- ・マッシュルーム 約15個
- ・トマトピューレ 約100cc
- ・米 1.5合(270cc)
- ・水 440cc
- ・チキンコンソメ 小さじ1杯
- ・オリーブオイル
- ・塩、こしょう
- ・んにく 1片

作り方

- ①肉は一口大に切って塩こしょうをしておきます。ソーセージは小口切り、ネギは1センチ角ほどの荒みじん、マッシュルームは薄切りにします。
 - ②パエーリャ用の鍋、またはフライパンにオリーブオイルを多めに入れ、んにくの香りが出るまで炒めます。
 - ③ねぎを加えしんなりしたら鶏肉、ソーセージを入れ、火が通ってきたらマッシュルームを入れ炒めます。
 - ④米を洗わずに加え、全体を炒めたら、トマトピューレを入れ混ぜ合わせます。
 - ⑤チキンコンソメを溶かした水(湯を回し入れ強火で蓋をせず20分ほど炊きます。水気がなくなりパリパリと音がしてきたら火を止め10分〜15分蒸らして出来上がりです。
- ※水の量は、米の量の2倍です！サフランがなくても美味しいパエーリャができます。

★レブヒート

vol.42
掲載



材料

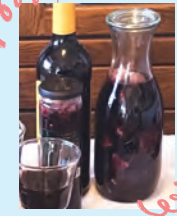
- ・ドライシエリー(マンサニージャ)
- ・炭酸飲料(7up、スプライトなど)

作り方

- ①氷を入れたグラスに、ドライシエリーを1、炭酸飲料を2の割合で注ぐ。

★サングリア

vol.5
掲載



材料

- ・赤ワイン(軽めのもの) 1/2本
- ・コアントロー 適量
- ・バナナ 1本
- ・オレンジ 半個
- ・レモン 半個
- ・パイナップル 約1/6個

作り方

- ①果物を一口大に切ります。
 - ②ワインに漬け込み1日おきます。
- ※市販のサングリアキットもあります！スパイシーでちょよと甘めのサングリアができました！

サングリア
キットも
GOOD!

★マセドニア

材料

- ・いちご 1パック
- ・りんご 1-2個
- ・オレンジ 1-2個
- ・オレンジジュース 200cc
- ・砂糖 大きじ1杯

作り方

- ①果物を食べやすい大きさに切ります。
 - ②オレンジジュースに砂糖を溶かし、あればブランドーなどを小さじ1杯加え、フルーツに回しかけます。
 - ③2時間ほど冷蔵庫で冷やせばできあがり。
- ※ここでは市販の牛乳プリンをグラスの下に引き、マセドニアをかけています。



oishi sou...





今月は、フラメンコ・パーティーの
BGMにお勧めのCDをご紹介します。

1. V.A「Sevillanas~ EL CONJURO」 セビジャーナス ヒット曲集「エル コンフーロ」

すでに定番となっている「セビジャーナスの30年」と同じHISPAVOXから発売のセビジャーナス集。“ミララ・カラ”“エル・アディオス”など、舞踊教室で良く使われるヒット曲が沢山入っているので、フラメンコ仲間のパーティーでの余興にも、これからの定番といえる1枚。全17曲。歌詞付き。



2.「Rumbas~Raya Real」 ラジャ・リアル「ルンパス~アル・リトモ・ケ・テ・バンボレア」

ルンパはもともと19世紀にキューバのアフリカ系住民から生まれたダンス音楽で、30年代に世界中に流行しました。これがスペインにも伝わり、フラメンコに取り入れられたのが、ルンパ・フラメンカです。



セビージャで最も有名なセビジャーナスグループである、ラジャ・リアルの1996年のルンパ集。全8曲。歌詞付き。

どちらのCDもフラメンコ音楽専門店「アコースティカ」にて、輸入盤のみ発売中。
(アコースティカ: 03-6454-0662)



特別番外編!

『水曜どうでしょうClassic
ヨーロッパ20カ国完全制覇完結編』
『水曜どうでしょうヨーロッパ21カ国完全制覇』
みんなで集まって欧州、スペインの旅は、どうでしょう?



2006年8月、みんな大好き「水曜どうでしょう」チームが、ヨーロッパ20カ国完全制覇を目指して迷走する傑作ロードムービー。パチカン市国からレンタカーでイタリア、フランスを経由してスペイン各地を巡り、最終目的地ポルトガル・リスボンはロカ岬へ向かう爆笑珍道中。大泉さん一行が訪ねたスペインの街は、バルセロナ、バレンシア、クエンカ、グラナダなど。名所や名物をすっ飛ばしていても、お構いなしに面白い!こちらは、「HTB北海道 onデマンド」<http://hod.htb.co.jp/>でお楽しみいただけます。



そして1997年夏、初めてヨーロッパ大陸に挑戦した『水曜どうでしょうヨーロッパ21カ国完全制覇』では、10日間で欧州21カ国を走破。夏のイギリス、ベルギー、ドイツの田舎道での数々の名シーン、名セリフも必見のDVD。

■出演: 鈴木貴之、大泉洋 ■ディレクター: 藤村忠寿、嬉野雅道 ■制作: HTB北海道テレビ ■販売価格: 4,298円(税込)/2枚組 / 特典映像 / 副音声解説付き ■HTBオンラインショップ <http://www.htbshop.jp/>



とがり続けるバイラオーラを追い！ ～梶山彩沙インタビュー～

華やかに見えて、大切にしているのはシンプルなこと。2009年から連続して奨励賞、準優勝、優勝とCAFマルワ財団コンクールでの入賞に名を連ねてきた梶山彩沙さん。「踊りだけを見てもらうのではなく、ギターやカンテとの会話にこそ注目してほしい」と語る彼女に、あらためてフラメンコの魅力、めざすところを聞きました。

(取材・文／恒川彰子)

バックとの会話を分かりやすく提示する

フラメンコと出会ったのは高校生の頃。元々シンクロナイズドスイミングのチームで活躍していたから、踊るための身体の基礎は出来ていた。技術の習得にも、表現に磨きをかけることにも貪欲で、常人以上の高みを目指してきた。今でも毎年渡西を繰り返しながら、活動の場を広げている。

昨年12月には高円寺エスペランサで「conversación ～会話～」をテーマにカンテの瀧本正信さん、ギターの徳永健太郎さん、徳永康次郎さん、パイレの三枝雄輔さん、SIROCOさんらとライブを行った。「徳永くんの楽曲に振付けをしたり、瀧本さんと2人だけでのやり取りがあったり、雄輔やSIROCOと踊りの掛け合いをしたり、共演者との対話をテーマにしたライブでした。踊りだけにスポットが当たるのは変だなあと常々思っていて、もっとバックのアルティスタとの会話が見えるような形で提示できたらと思ったんです」舞踊としての面だけが立ちちゃうと、フラメンコじゃなくなる気がして、という。

躍動感があって、文句なしに踊れる人。でも、彼女が大切にしているのはとってもシンプル。ギターや歌との一体感。

「バックから包み込むような空気感があって、それがさらに踊りを引き出し、良くしていく。そんな感じが好きです」音楽と踊りがお互い呼応し合って、響きあう。技術の有無ではなく、その感情の交歓があってこそだと思う。

「もちろん技術は必要。それがなければ、バックからの問いかけに応えられない。そして歌を理解すること。どうしても、踊りは振付けから入りがち。でも振付けを優先すると、歌を殺してしまうことがあるでしょ。カンテは、私に対して歌ってくれている訳だから、それをきちんと受け止めて踊らないと」

振付けだけが前に出ると冷たい

だから最近、あえて振付けをカッコリ作らないようにしている。あるライブでは本番20分前に入り、衣装に着替え、メイクを済ませて「さあ、今日は何を踊ろうかって(笑)」即興性に挑む。

「もう、しょうもない日もありますよ、グズグズで」それでも振付けだけが前に出ると冷たい。寂しい。マルカヘやレマーテなどをバラバラに練習して自分の中に取り込む、それが自分色になって個性として出てくる。そうしてやっと温かみが出たものを自分の言葉として共演者に向かって発信してみる。「お笑imitaina絶妙なタイミングや反射神経、センスが求められる」

Youtubeでフラメンコのあらゆる動画を見る。「有名なアルティスタのも、無名の人の踊りも、古いのも新しいのも何でも見ます。温故知新」

小林泰子さん、影山奈緒子さん、松彩果さんらと企画する「Flamencura no tiene cura」のライブも、ほぼリハなしで踊る。「no tiene cura、治療法がないってという意味です」フラメンコバカにつける薬はない。好きこそ物の上手なれ。

スペインに行き始めた頃は、スペインが全て素敵に見えた。モチベーションを高めてくれるのは今でもやはりスペインだが、それでも、自分がより自由に活動できるのはどちらだろうと考えるようになってしまったという。「スペインのアルティスタを見ていると、彼らにとってフラメンコはもっと生活の延長線上にあるもの。ライブは仕事。ゴールでもイベントでもない。生活の中に組み込まれた一つの流れ。そういった生き方をしている人が沢山います。教え方も、日本のシステムとはちょっと違う。お教室というより、もっと開かれた、行ったり来たりが自由な場。私の教室もそうありたい」

自分の心、身体から発信されるものを抛り所に、これからもフラメンコの原点を踊っていく。



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...
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♪

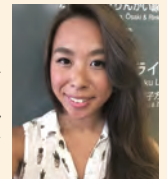


Photo by 川尻 敏晴



昨年12月、高円寺エスペランサにて

かじやま あやさ



1987年福岡県出身。幼少よりシンクロナイズドスイミングチームに所属。引退後フラメンコに出会い、上敷洋子、ベニート・ガルシアに師事。スペインではファルキート、ファラオナ、アンヘリータ・バルガス、カルメン・レティスマ、ルイス・ペーニャ、オルコ等に師事。2009年度CAFマルワ財団コンクールにおいて奨励賞、11年度同準優勝、13年度同優勝。14年スペイン、ロンダのコンクール Aniya la gitanaにおいて準優勝。同年グラナダのフェスティバルLos veranos de Corralの最終日にソロ出演。 <http://ayasa.a.la9.jp>

◆ライブ情報◆

- 4月8日(土) クンブレ・フランメンカ・テ・ハボン
(セルバンテス文化センター東京)
- 4月16日(日) 梶山彩沙フラメンコ教室
estudiocanastera 発表会vol.2
(新宿ガロロチ)

スペイン人のクルシージョに参加しよう!

クルシージョ(短期講習会)をご存知でしょうか?最近では有名なスペイン人アルティスタのクルシージョが、日本に居ながらにして受けられます。えっ、ムリムリ!私スペイン語分からないし、初心者だし——大丈夫。クルシージョを受ける最大のメリットは、技術の習得でもなく、レッスンについていくことでもなく、ただ、彼らのアイレ(雰囲気)を存分に浴びること。「言葉」では伝わらない、「学ぶ」ことも少し違う、「共有する」ことでしか獲得できない情熱とモチベーションに気づくことができますよ! (取材・文/恒川彰子)

スペイン語は必要? — あいさつと自己紹介は覚えていこう

今回取材したのは1月にスペイン・セビージャから来日したダビ・ペレスの東京クルシージョ。京都でも開催され、その熱心な指導が大好評。「Ultima,ultima!(もうこれで最後!)」と言いながら、時間をオーバーしても一つでも多くのパソを教えてくださいようとするダビ。スペイン語は、分かるに越したことはないが、彼自身は言葉の壁を全く気にしていない。スペイン語でどンドン説明するが、日本人を教え慣れているせいか、単純で分かりやすい言葉を選んで、身体の動きを指し示しながら教えてくれるので、むしろスペイン語の学習にも役立つくらい。大切なことは「リラックスして、僕の動きをよく受け止めて」。

もちろん、少しでも言葉が分かれば、さらにクルシージョが楽しくなることは間違いない。まずはあいさつ「¡Hola! Me llamo Akiko.(こんにちは。私はアキコです)」から始めよう。それだけでクラスの雰囲気はぐっと温かくなっていく。難しい文法は必要なく、身体の動きに関する動詞と、身体の名称がスペイン語で理解できるだけで、より気持ちに余裕が出てくる。

初心者でも大丈夫 — 目指すゴールを見つけよう

初心者だからこそ、臆せずクルシージョを受けてみよう!「日本人は技術もあるし、コンパスも理解できている。足りないのはアイレ、雰囲気だね。ほんの少し、芝居っ気がほしい」とダビが言うように、大切なことはスペイン人のアイレに触れること。技術や振付けを獲得する以前に、「フラメンコを踊る」ことの真髄に接すること。モチベーションが下降気味の人たちも、できる、できないではなく、フラメンコを踊ることの醍醐味、楽しさを再認識できるはず。

ダビの教える姿勢には迷いが無い。自分が伝えるべきことを、相手が理解できるまで、時間の許す限り、熱心に何度も繰り返してくれる。振付けについていけなくても「3連が難しければ、2連でいいんだよ」「パソを正確に真似しなくてもいい。音だけとって」「腕の動きはつけなくてもいいよ。パソだけ取りなさい」などなど。長年ダビのクラスをアattendしてきたOFCの磯野智子さんは「周りを気にしてはダメ。自分の到達点がどこかを考えて、今日何を得意していくのか、自分と向き合ってください」とアドバイスする。

身体全身が音楽!

フラメンコは、まさに踊り手の身体全身が音楽!ということを体現してくれるダビ。クルシージョ後半、踊りは盛り上がっていくが「コンパスは一定なんだ。走らないで!」と冷静に指摘。身体を動かすときも、足、腰、肩、腕とできるだけ身体のパーツごとにコントロールできるようにしなさいという。難しい振付けを踊るための基礎は、身体の使い方にあることを教えてくれる。

粋な振付け、それを踊るための土台となる身体の動かし方、さらに一番重要な雰囲気。内容は盛り沢山だが、五感でその刺激を受け止めれば、これからの自分の課題が見えてくる。

あの雰囲気に少しでも近付けるように、もっと言葉も理解できるように、そして次回はもっと楽しめるように!と思えば、それだけでクルシージョに参加した意義はあったはず。さあ、新しい一歩を踏み出そう!

9月 ドミンゴ・オルテガ来日クルシージョ開催予定(OFC)



① まずはテクニカで入念に身体をほくすことからスタート



② 足、腰、腕と身体のパーツごとにコントロールできるよう、身体の使い方を学ぶ



③ 「足を使うときは、特に上体を引き上げて」



④ 柔軟に、自分の身体の動きを感じて!



⑤ 体重移動。何気ない動作に、ふだん



⑥ 先生、とっても熱心。そしてチャタリング!



⑦ 振付けだけでなく、基本的なことを分かりやすく教えてくれるダビ



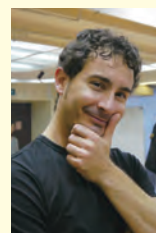
⑧ 振付けも終盤!あーもう初心者の私はずいぶん楽しい!でも楽しい!



⑨ 連続受講している方も。力付きそう!



⑩ クラスのレベルは、その時集まったメンバーによる。それも大いなる刺激



ダビ・ペレス David Perez

セビージャ出身。2004年カンテ・デ・ラス・ミナス入賞、09年ヘレス・フラメンコフェスティバルにて公演、11年東京エルフラメンコにて自身の舞踊団を率いて半年間公演。

みんな 解決!

アタタなら どうする?

第19回 ～踊るための身体づくり～

身近なところから、踊るための身体づくりをはじめたい! 食事の工夫、ストレッチなど... 「日常の中でどんなことを実践していますか?」 フェルーカスタッフもぜひ取り入れたい、読者の皆さんの身体づくりのノウハウを早速 Check it out!

F・Yさん

決まった時間に、バランスの良い食事を取れば本来は1番いいのですが、それができない日常生活では、サプリメントを積極的に摂取しています。オフィスワークの平日はマルチビタミン系、踊ったり運動した日は、アミノ酸など日によって使い分けています。

T・Yさん

面倒くさがりなので、内太ももや股関節を中心に「ながらストレッチ」をしています。お風呂上がりには髪にドライヤーをあてている時間など、体も温まっているので柔軟性が増し、ムリなストレッチによるケガもありません。

H・Yさん

足の筋力をつけるため、ホームで電車を待っている時に踵を上げ下げしたり、電車内では座らずにつま先立ちをします。かなりタコン強化になりますよ!

O・Sさん

毎晩眠る前にV字バランスとストレッチを5分程度。また、整体の先生に「こういう動きをしたいけれども出来ない」と具体的に伝えて、それに沿った治療をしてもらいます。徐々に体が変化していきますよ。

S・Mさん

毎日お風呂に入る前、洗面台の鏡にうつる自分の顔めがけてパンチを打つボクササイズ。できるだけ腹筋に力を入れて体幹はぶれないように気を付けながら5~10分やるだけで、けっこう息が上がり、体カアップになっている気がします!

N・Kさん

最近、バレエレッスンに行き始めました。バレエレッスンや体幹トレーニング中心ですが、身体の軸が明確になり、毎日の生活の中でも軸を意識して動くように心がけています。

N・Kさん

腰痛予防と身体の柔軟性やバランスを保つために、週に2回ジムに行き、ピラティスとヨガをやっています。

F・Sさん

フラメンコは姿勢が大事なので、パソコン、スマホの長時間使用で巻き肩にならないように、巻き肩改善体操をしています。また、短時間で効率よく筋力アップ&維持するために、週1回加圧トレーニングジムに通っています。

Y・Rさん

内ももを鍛えるようにしています。体の芯を作り、フェルタも安定してきます。実践しているのはワイドスクワット。下半身が安定して、踊りも良くなります。歯磨きしながらとか、いつでもできるのがオススメ。

I・Aさん

早朝のウォーキングで、姿勢(満ちから足、背中から手)を意識してさらに肺と胃を持ち上げる意識で、筋力を養っています。歩きながら両手を挙げて重心を確認したり、ブラソの美しい動きを確認したり、それだけでウォーキング中の心拍数が上がり、体カづくり+フラメンコの基礎づくりになっています。早朝は時間を作りやすいので皆さんにおススメします!

T・Cさん

肩甲骨と体幹が弱いので、寝る前にストレッチと簡単な運動。最近、フラフープをはじめましたが、けっこう腹筋が鍛えられます。また、普段歩く時は背筋を伸ばし、内股で歩かないよう気をつけています。

Y・Cさん

20代でフラメンコをはじめ、出産を経て30代後半でフラメンコに復帰。筋肉の動きや軸のブレが気になり、フラメンコとは別にピラティスに通い始めました。今の自分の体をよく知ることで、長くフラメンコに取り組んでいけるようになり、体を整えながらがんばっています!

H・Eさん

踊るためには体幹が重要...ということで、インナーマッスルを鍛えようと思い、ヨガを始めました。始めてみると、日常生活の中でも、歩き方や立ち方、姿勢を意識するようになり、踊りにも活かせる部分が沢山あると感じました。

M・Oさん

肉メシの食生活から、魚メインにしたことで、疲れにくい身体になりました。日々の食事って大事だ、と実感しています。

F編

さて、次号のお悩みは「才能と努力の限界」について「練習量も一倍、自分なりに頑張っているのに、あとから入ってくるレッスン生がすぐにうまくなって...自分の力のなさにうらざり。結局はフラメンコもセンスの問題なのか、と落ち込みます。努力だけでは越えられない壁を克服できないでしょうか...」というシリアスなお悩み。皆さまからの鋭い、熱いアドバイスをお願いいたします!

回答はこちら

<http://www.flamenco-farruca.jp/>

Pick Up

Hakuju Hall Presents 第26回ワンダフルoneアワー 沖仁 フラメンコギター・コンサート 世界の沖仁、情熱のフラメンコ!

2017年4月21日(金)

①15:00 開演 (14:30 開場)

②19:30 開演 (19:00 開場)

※休憩なし約1時間

各回全席指定 3,000円(税込)

【プログラム】・プレリア・フェルーカ 他



2010年に権威ある「ムルシア“ニーニョ・リカルド”フラメンコギター国際コンクール」国際部門で優勝。日本人として初の快挙を成し遂げた沖仁。テレビ番組への出演や他ジャンルの著名アーティストたちとの共演等、世界最高峰のギタリストでありながら多方面に活躍の場を広げ、フラメンコギターの魅力を伝え続けている。

そんな「フラメンコギターの伝道師」が、満を持して「ワンダフルoneアワー」※に登場。鮮やかなステージにご期待ください!

※What is「ワンダフルoneアワー」?

多忙な毎日を送る人々に、東京・ハクジュホールがお届けする珠玉のコンサートシリーズ。通常は2時間以上の公演時間を要することが多いコンサートを、休憩なしの1時間に凝縮。マチネ公演とソフレ公演の1日2回の公演日程で年6回開催している。

Tema

アンダルシアの祭り (上半期) Feria en Andalucía

¡Vamos a España!

スペイン旅行の キ・ホン



セマナ・サンタ(ヘレス)



ヘレスのサエタ
©DESDE JEREZ

2/23-3/5カディスのカーニバル。最終土日は市中心部を多くの人々が様々なキャラクターに扮し山車でパレード。今年の聖週間(semana santa)は4/9-15。各地で開催。ヘレスのサエタ(山車が通過する時に歌う歌)は必見。有名なセビージャの春祭り(Feria de abril)今年は5/1-7踊って食べて飲んで。5/13-19ヘレスの馬祭り(Feria de caballo)馬が有名なヘレスならではのフェアリア。5/31-6/7ロメリア・テ・ロシオ。セビージャ、カディス、ウエルバ各地から1週間かけてアルモンテ〜ロシオ村に向けて巡礼。宗教色が強いがフラメンコ魂の神髄。アンダルシアの主祭りは、毎年受難の主日(しゅじつ・日曜日)から計算することが多いので開催日が年毎に変わる。要注意。(OFC磯野智子)

フラメンコ 寄り道手帖

④

ヨガ ジャパン

YOGA JAPAN 2017



YOGA JAPAN 2017 TRYOUT at 日本武道館

※2017年2月21日に開催されました。

- ◆ フル参加券 11:30~20:30 ¥7,500 (税込)
- ◆ ハーフ参加券 ¥4,500 (税込)
- ◆ スタンド参加券 ¥1,500 (税込)

今後も企画開催の予定!
ヨガに興味のある方は是非!

今回の寄り道手帖、フラメンコからヨガへ、大きく歩幅を広げてみた。最近フラメンコと併せてヨガを習う人が増えているという。なぜ、フラメンコ練習生たちがヨガを始めるのか? 2月に武道館で開催されたヨガのイベント「YOGA JAPAN 2017」そのコンセプトに答えのヒントを見つけた。

「YOGA JAPAN 2017」は今年スタートしたヨガのイベントだ。武道館のアリーナにセンターステージを設置。参加者はその周囲をぐるりと囲み「日々の生活の中にある全てのパフォーマンスはヨガとつながる」とのコンセプトの元、様々なヨガプログラムを実施する。各クラス25分、全16クラス、フル参加券を購入すれば、全8時間体験可能。また、2階座席では座ったまま出来るベンチヨガのレッスンを実施。本格的にという人も、気軽に会社帰りに立ち寄って、という人も楽しめる趣向である。

講師陣も多彩だが、プログラムも様々だ。この日、ラストプログラムを担当されたケンハラクマさん、音楽をMixしたスタイルを提案するayaさん、Ignite Yogaを担当されたJuri Edwardsさんにインタビューをお願いした。

ダンスの身体づくりに役立つことは?との問いに「ヨガはコアの強化やケガの防止、パフォーマンス能力を上げてくれます。」とおっしゃるのはayaさん。加えて「ヨガの実践を取り入れる事で、体の柔軟性と、力強さ、バランス感覚を磨くことが出来ます。」とはケンハラクマさん。

彼のスタジオでは「フラメンコ講師を招いてレッスンを行っていただくこともあったとか。」「正しくヨガのポーズを習得することで、フラメンコでも重要な、体の中心軸を体感しつつ足腰を強くして行く事が出来る」のだそう。

また、各方面のアスリートたちにアドバイスする場面も多く、「呼吸・集中力をあげる瞑想法「体と心のコンディショニング」などメンタルなものから、「体のパワーアップ」、「怪我防止のためのストレッチに近いヨガ」などフィジカルなもので多岐にわたるのだそう。

いくつかのクラスで耳にしたのが「呼吸について」「呼吸を意識できるようにすることがダンスにおいても、とても役立つことだと思えます。」とJuri Edwardsさん。ダンスの練習に、ヨガを取り入れることで、体幹を鍛えるだけでなく、自分の心と体と向き合う時間を作れるのではないかと思います。

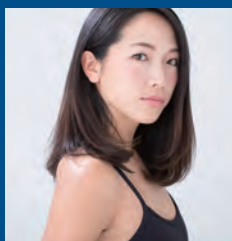
「たまに視点を変えて、自分のカラダとメンタルについて、内側から見直す時間を持つのは良いことだ。見えなかったことが見えてくるかもしれない。それにしても、講師の先生方はいずれも「声」が素敵である。静かな武道館に、心の内に響く「声」。とても癒される1日であった。



ayaさん:エイベックス・スポーツ所属。ヨガクリエーター。「happiness yoga」というタイトルで、スポーツとヨガを融合したクラスを担当。



ケンハラクマさん:『ケンハラクマの日本武道館ヨガ「ヨガ道」』を担当。武道館ならではの心地よい緊張感と、穏やかな空気を感じられるプログラム。呼吸が一体となり、不思議なパワーを感じました。



Juri Edwardsさん:ヨガインストラクター、Shaka Pressed Juiceオーナー、lululemonブランドマネージャー。Ignite Yogaを担当。



ベンチヨガの講師の1人、高尾美穂さんは産婦人科医でもある。女性がよりよく歳を重ねたいけるよう医学とヨガ、そして様々な方向から提言する。



快晴の中、多くの人々が集まった。

フィエスタでセビジャーナス・ブレリアを素敵に踊ろう!

ファルーカ オープンクラス

2017年4月~11月の日曜日 11:00~13:00

月1回
開催



2016年フィエスタ・デ・エスパーニャのファルーカブース前

初心者大歓迎!

目指すは11月の
フィエスタ・デ・エスパーニャ

クラスの発表会でセビジャーナスは踊ったものの、数年経って振り付けも忘れてしまって、いざフィエスタなどで踊ろうとしても、あたふた焦るばかり、、、というアナタ! みんなで復習して、更にレベルアップした素敵なセビジャーナスを踊りましょう。そして、あこがれのブレリアにも挑戦! 初心者の方でもパルマが打てる人なら参加OKです。オープンクラスで踊りに磨きをかけて11月に開催される代々木公園のフィエスタ・デ・エスパーニャのファルーカブースで一緒に踊りましょう!

対象 セビジャーナス: 一度はセビジャーナスを踊った事のある方
ブレリア: ブレリアのパルマが打てる方

レッスン料金 1レッスン55分 2,500円(スタジオ代込)

割引料金 セビジャーナスとブレリアを受講すると 1,000円OFF
2レッスンで 4,000円(スタジオ代込)

※割引対象は同日の2レッスン受講の場合のみです。

※10月、11月のレッスンはギター・カンテの伴奏付きのため500円プラスになります。

※各月単発で受講できます。

※レッスン料金は、当日レッスン受講前にお支払いください。

場所 4月: プレステージB室(東京/後楽園)
都内スタジオ(スタジオオマンサナ・プレステージ予定)

【開催日時】 4月9日(日)、5月28日(日)、6月11日(日)

セビジャーナス 11:00~11:55 (55分)

ブレリア 12:05~13:00 (55分)

※7月以降の日程は未定ですが、日曜日の同じ時間に開催する予定です。

※日程・場所は次号およびHPでお知らせします。

講師 鶴 幸子 (つる さちこ)

日本にて1993年よりフラメンコを学び始める。2003年よりスペインに短期留学、ラ・トゥルコ、マリア・ファンカル、インマ・オルテガ、ペバ・モリーナ、コンチャ・ハレーニョ等に師事。その後渡西を繰り返し、現在も定期的に渡西し研鑽を積む。踊るための身体づくりを考える少人数制クラスを東京・神奈川にて開催。

楽しんで
踊りましょう!

1回のみ
参加もOK



オープンクラスの内容

◎セビジャーナス

4月 <基礎編>1番の振り付け中心

5月 <基礎編>2番の振り付け中心

6月 <基礎編>3番の振り付け中心

7月 <基礎編>4番の振り付け中心

8月 <応用編>パレハで踊ろう

9月 <応用編>美しい立ち方と踊る姿勢

10月 <実践編>美しいブラソ・プエルタ
※ギター・カンテの伴奏付き(+500円)

11月 <実践編>楽しく・素敵に踊ろう
※ギター・カンテの伴奏付き(+500円)

◎ブレリア

4月 <基礎編>パルマ・マルカール中心

5月 <基礎編>ジャマーダ中心

6月 <基礎編>レマーテ中心

7月 <基礎編>みんなで踊ろう

8月 <応用編>自分らしいブレリア

9月 <応用編>自分らしいブレリア

10月 <実践編>楽しく・素敵に踊ろう
※ギター・カンテの伴奏付き(+500円)

11月 <実践編>楽しく・素敵に踊ろう
※ギター・カンテの伴奏付き(+500円)

お問合せ・ご予約・詳細

HP: www.flamenco-farruca.jp

メール: info@farruca.jp

当日参加もOKですが、スタジオ確保の関係上、事前に人数を把握したいので、なるべくご予約をお願いします。キャンセル料はかかりません。

ホール公演

■「Emociones」

日時:4月19日(水)開演 19:00
 会場:大阪 いずみホール(大阪/大阪)
 料金:前売¥5,000/当日¥5,500
 出演:溝畑直子、タマラ・ルシオ、アルベルト・セジェス、ホセ・ルイス・ベレス・ペラ他
 問合:090-3039-2125 溝畑
 (emociones20170419@gmail.com)

■「第四回「フラメンコと和の出会い」

日時:5月16日(火)・17日(水)ディナータイム18:00
 ショータイム 19:00
 会場:新橋演舞場 地下特設会場「東」(東京/新橋)
 料金:¥10,000(演舞場特製御膳・1ドリンク付)
 出演:鍵田真由美、佐藤浩希、ARTE Y SOLERA(鍵田真由美・佐藤浩希フラメンコ舞踊団)他
 問合:0570-000-489 チケットホン松竹(4月7日より電話予約・Web販売開始)

■「むさしのスペイン音楽協会コンサート」

日時:5月27日(土)17:30開場 18:00開演/5月28日(日)12:30開場 13:00開演
 会場:八王子市南大沢文化会館主ホール(東京/南大沢)

■「むさしのスペイン音楽協会舞踊団

問合:050-5892-2300 作本
 ■「手下倭里亜「フラメンコ舞踊35周年記念公演リサイタル」

日時:6月10日(土)18:30開演 19:00開演
 会場:FLOR DE LA LUNA 月華 草月ホール(東京/赤坂)
 料金:SS席¥9,000(前売¥8,500)、S席¥8,500(前売¥8,000)、A席¥7,500(前売¥7,000)、学割B席¥3,500
 出演:B=手下倭里亜、ダニエル・トーレス C=ハビエル・リベラ、エル・プラテアオ G=ラモン・アマドール、鈴木淳弘 Violin=三木重人 B=小池朱美、久保田晴菜
 問合:03-5577-6818 手下イリア公演事務局

■「エバ・ジェルバエナ フラメンコ舞踊団来日「東京公演」

日時:9月16日(土)「IAY! アイ!」15:30開場 16:00開演 9月17日(日)「Apariencias 仮面」14:30開場 15:00開演
 会場:Bunkamuraオーチャードホール(東京/渋谷)
 料金:S席 ¥13,000 A席 ¥11,000/2演目セット券(S席)¥24,000 ※全席指定
 出演:B=エバ・ジェルバエナ、クリスティアン・ロサーノ※、ダビ・コリア※他(※9/17のみ)C=ホセ・バレンシア、アルフレド・テハーダ 他 G=バコ・ハラーナ
 問合:03-5291-9909 株式会社 エフ・スクエア

■「エバ・ジェルバエナ ソロ・フラメンコ「I(Ai)アイ!」

日時:9月20日(水)18:15開場 19:00開演
 会場:兵庫県立芸術文化センター KOBELCO大ホール(兵庫/西宮市)
 料金:A席¥10,000 B席¥8,000 C席¥6,000 D席¥4,000 E席¥3,000
 出演:B=エバ・ジェルバエナ C=ホセ・バレンシア /アルフレド・テハーダ G=バコ・ハラーナ
 問合:03-5291-9909 株式会社 エフ・スクエア

クラス・クルシージョ 他 (関東外含む)

■阿藤久子フラメンコスタジオ「マヌエル ベタンソス推薦ペロニカ プリード クルシージョ」

日時:4月~6月
 会場:阿藤久子フラメンコスタジオ各スタジオ(兵庫/大阪/京都)
 料金:1レッスン(80分)¥4,320円(税込)4回分セット¥16,200円(税込)※3/28迄のお申込は¥15,000(税込)
 内容:ペロニカ・プリードがインストラクターを務めるクルシージョ。詳細は、阿藤久子フラメンコスタジオHP

(http://www.aysa.co.jp/)を参照。
 問合:078-327-0560 神戸スタジオ
 ■「第2回長期クルシージョ「アレグリアス・コン・パタデコラ・イ・マントン」

日時:4月1日(土)~ 毎週土曜日 16:35~17:45
 会場:池袋MIBスタジオ・B(東京/池袋)
 料金:単発受講 1回¥3,500(EL ANILLO受講生は¥500引) / 月謝受講 月4回 ¥13,000(EL ANILLO受講生は¥2,000引)
 内容:短期では習いきれない特殊な振付を長期でじっくり習得するためのクラス。中上級レベルで、パタとマントンの基礎テクニカをお持ちの方が対象。詳細は、大野環フラメンコアカデミア「EL ANILLO」HPにて。

問合: http://www.tamakiono-elanillo.jimdo.com
 大野環フラメンコアカデミア「EL ANILLO」

■「EL ANILLO 船橋(小岩)中上級クラス生徒募集

日時:4月5日~毎週水曜日19:30~20:50
 会場:船橋スタジオ(千葉/船橋)
 内容:4月より船橋スタジオに移転。6月より新振付開始。見学・体験レッスン随時受付。詳細は大野環フラメンコアカデミア「EL ANILLO」HPを参照。
 問合:flafura_borracha@hotmail.co.jp 大野環フラメンコアカデミア

■「フェルルーカ・オープンクラス」

日時:4月9日(日)セビジャーナス11:00~11:55(55分) プレリア12:05~13:00(55分)
 会場:プレステージ B室(東京/後楽園)
 内容:鶴幸子が講師を務める、初のフェルルーカ主催オープンクラス。4月~11月まで月1回開催。次回は5月28日(日)・6月11日(日)を予定。詳細は告知ページ参照。
 料金:1レッスン55分 ¥2,500(スタジオ代込)※同日にセビジャーナスとプレリアを受講すると1,000円OFF。
 問合:info@farruca.jp フェルルーカ編集部(www.flamenco-farruca.jp)

■「日本文化週間「日本とフラメンコ」INグラナダ 出演者募集オーディション

日時:4月13日(木)・14日(金) 18:00~21:00予定
 会場:アルハンブラ(東京/西日暮里)
 料金:オーディション観覧¥3,000
 内容:7月にスペイン・グラナダ市内で開催されるイベント公演に出演する日本人プロバイレ8名を公開オーディションにて選抜。オーディション参加費は¥20,000。
 出演:B=オーディション応募者 C=Manuel Moreno Malena, Francisco Chavez El Plateao G=Emilio Maya Cortes, Fermin Querol 審査員=Shoji kojima, Antonio Alonso, Benito Garcia, Pablo Cervantes, Rocio Romero
 問合:https://www.smore.com/yerwk 「日本とフラメンコ」運営事務局

関東外ライブ(4月・5月)

■「Mi vidaライブ」

日時:4月14日(金)・15日(土)第1部19:00 第2部21:00
 会場:タブラオ Mi vida(大阪/難波)
 出演:B=イバン・アルカラ(特別出演)、市川恵子、帝塚山スタジオ舞踊団 C=岡本進、松林由美、山下裕見江 G=土橋幸男
 問合:06-6678-2323 帝塚山スタジオ

■「アルテフラメンコライブ」

日時:4月23日(日)第1部14:30開場 15:00開演 第2部17:00開場 17:30開演
 会場:キャンディ ライオン(大阪/中崎町)
 料金:各部¥5,500(通し¥10,000)※いづれも1ドリンク付
 出演:B=ホアン・オガジャ、ヘスス・エルモ、カルメントーレス、マリサ・ガジャルド(1部のみ)ナオミ・ピアッツァ、徳田悠乃(2部のみ)大橋由実、向京子 C=ミゲル・デ・バダホス G=國光秀郎
 問合:078-802-1175 ナオミ・ピアッツァ フラメンコスタジオ

正木清香フラメンコ教室
 未経験者もOK! 少人数クラス! 見学体験
 ひりひり丁寧指導します! 無料!
 田園都市線 宮崎台 馬場スタジオ、
 後楽園マンサナ、赤羽橋マルワスタジオ
 info@masakisayaka.com
 http://www.masakisayaka.com



■「第1回 大江智子Grupo Bonitas 初ライブ」

日時:5月5日(金)18:00開場 20:00開演
 会場:スペイン料理カルメン(兵庫/神戸三宮)
 料金:チャージ¥600+コース料理¥3,000
 出演:B=大江智子、浦野みゆき、小西千絵、分銅絵理香 C=嶽北理一 G=中西雄一
 問合:078-331-2228 スペイン料理カルメン

■「CUATR DEVAS LIVE VO2」

日時:5月19日(金)17:30開場 18:00開演
 会場:クワトロデヴァス(大阪/西天満)
 料金:チャージ¥2,500(他1ドリンク・タパス1品 別途必要)
 出演:B=ルイサ山内、植田あき C=岡本進 G=伊集院貞敏
 問合:06-4981-7008 クワトロデヴァス

■「フェステロハ ハビエル エレディア を迎えて」

日時:5月27日(土)18:30開場 19:30開演
 会場:倶楽部ポルドー(元 クラブ ユデリンス)(三重/四日市)
 料金:¥5,000(前売¥4,800)
 出演:B=La Rhina, Sirocco, 大田ゆう子 C=Javier Heredia G=國光秀郎
 問合:fiamenco@yuko-ota.com 大田

3月の関東ライブ

■「ガルロチ「フラメンコショー」

日時:~4月23日(日)第1部19:30~20:30 第2部21:20~22:00[日・祭日]第1部 19:00~20:00、第2部 20:50~21:30
 会場:ガルロチ(東京/新宿3丁目)
 料金:¥3,800(1日2回)※特別招聘アーティストのショーチャージは+¥1,000
 出演:B=メルセデス・デ・コルドバ グループ
 問合:03-5361-6125 ガルロチ

■「フラメンコライブ」at エルセロドス

日時:3月21日(火)19:00開演
 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、リカルド鳥袋、別府洋美、姫野千恵子、太田朝美、大塚理愛 C=ダニエル・リコ G=今田央
 問合:03-3837-4128 スペインバル「エルセロドス」

■「ESPECIAL FLAMENCO」

日時:3月22日(水)1部19:00開演 2部21:00開演
 会場:サラ・アンダルーサ(東京/恵比寿)
 料金:各部¥4,000 通し¥6,000(入場時に1ドリンク代別途)
 出演:B=イバン・アルカラ、サロメ・ラミレス C=モイ・デ・モロン G=バコ・イグレシアス
 問合:03-3449-8454 イベリア

■「アルハムブラ「フラメンコライブ」

日時:3月22日(水)1部19:15 2部20:45
 会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
 料金:各¥1,000
 出演:G=西井つとむ、石井奏琴 C=井上泉、有田圭輔 B=太田マキ、篠田三枝、福山奈穂美、松島かずみ
 問合:03-3806-5017 アルハムブラ

■「ESPECIAL FLAMENCO」

日時:3月23日(木)1部19:00開演 2部21:00開演
 会場:サラ・アンダルーサ(東京/恵比寿)
 料金:各部¥4,000 通し¥6,000(入場時に1ドリンク代別途)

日時:4月13日(木)19:30開場 20:00開演
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,500(1回通し・1ドリンク付)
 出演:B=屋良有子
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■エスペランサ「フラメンコライブ」

日時:4月14日(金)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タバス付)※割引券で¥500引
 出演:B=杉原敦子、岩丸綾子、四恩あゆみ G=小原正裕 C=有田圭輔
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■グランデセオ「フラメンコライブ」

日時:4月15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:チャージ¥1,000(入替なし)※要予約のライブ限定コース料理あり(チャージ別)
 出演:G=長谷川暖 C=矢野佳子 B=中原潤、吉岡弥生、島崎リノ 他
 問合:042-649-6480 グランデセオ
■エスペランサ「Special企画」

日時:4月15日(土)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥5,000(1ドリンク、タバス付)※割引券のない場合は¥500増
 出演:B=松本もとよ G=尾藤大介 C=齊藤綾子 P=ホセ コロン Vio=三木重人
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■アルハムブラ「フラメンコライブ」

日時:4月15日(土)1部18:30 2部19:45
 会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
 料金:各¥700
 出演:G=江戸裕 C=笛田剛史 B=井田真紀、正路あすか、堀越かおり
 問合:03-3806-5017 アルハムブラ
■フラメンコライブ「Spring Festival 春の祭典」

日時:4月16日(日)第1部18:00 第2部19:15
 会場:ノヴェンバーイレブンス1111(東京/赤坂)
 料金:¥4,000(+tax)
 出演:B=土方憲人、平尾華子、瀬戸口琴葉、李成喜 G=長谷川暖 C=那須慶一
 問合:03-3588-8104 ノヴェンバーイレブンス1111
■エスペランサ「フラメンコライブ」

日時:4月16日(日)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タバス付)※割引券で¥500引
 出演:B&Ru=川崎さとみ B=土屋みどり、山下美希 G=尾藤大介 C=永井正由美
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■「フラメンコライブ」at エルセロドス

日時:4月17日(月)19:00開演
 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、斎藤尚子、大久保麻衣、高崎よし江、名雲朋子、染谷興子 C=大淵博光 G=石井奏碧
 問合:03-3837-4128 スペインバル「エルセロドス」
■パセオ企画「ソロライブ」

日時:4月19日(水)19:30開場 20:00開演
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,500(1回通し・1ドリンク付)
 出演:B=鍛地陽子
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■アルハムブラ「フラメンコライブ」

日時:4月20日(木)1部19:15 2部20:30

最新衣装はブログをチェック!

レンタル衣装 同料金にて 3週間貸し出し!

NEW マキ・コスチューム

マキ・コスチュームは、1点物オリジナル衣装が中心です。

25周年記念 サマーバーゲン

2019 6/30(金)~ 7/16(日)

お辞儀レンタル衣装新調いたします!

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

レンタル 10%割引

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

【ショールーム】
 〒270-0115 千葉県流山市 江戸川台西1-10-2
 ■JR柏駅乗り換え 東武アーバンパークライン・江戸川台駅西口下車2分
 ■TXおおたかの森駅乗り換え 江戸川台駅西口下車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/>

会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
 料金:各¥700
 出演:C=南リオ G=エンリケ坂井 B=スタジオカスコーロ
 問合:03-3806-5017 アルハムブラ
■アルハムブラ「フラメンコライブ」

日時:4月21日(金)1部19:15 2部20:30
 会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
 料金:各¥700
 出演:G=尾藤大介 C=齊藤綾子 B=パコ・ドミンゲス、佐野由布子、宮崎木綿子、ARTESANO生徒
 問合:03-3806-5017 アルハムブラ
■「Barco」アルティソレラ舞踊団有志自主ライブ

日時:4月21日(金)19:00開場 20:00開演
 会場:カサ・デ・エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥3,500(1ドリンク・タバス付)
 出演:B=関祐三子、小西ひとみ、美山琴里、中里真央、瀬崎慶太 C=マヌエル・デ・ラ・マレーナ、奥本めぐみ G=斎藤誠 Pa=末木三四郎
 問合:03-5453-0016 アルティソレラ
■第26回ワンドラブルoneアワー「沖仁フラメンコギター・コンサート」~世界の沖仁、情熱のフラメンコ!~

日時:4月21日(金)昼14:30開場 15:00開演
 夜19:00開場 19:30開演(休憩なし約1時間)
 会場:白寿ホール(東京/渋谷)
 料金:各回¥3,000(税込・全席指定)※ワンドラブルoneアワー3公演セット券¥7,200
 出演:沖仁(フラメンコギター)
 問合:03-5478-8700 Hakuju Hallチケットセンター
■エスペランサ「フラメンコライブ」

日時:4月22日(土)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タバス付)※割引券で¥500引
 出演:B=阿部碧里、杉山愛梨、梶山みずえ G=内藤信 C=大橋範子
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■ガルロチ「フラメンコショー」

日時:4月24日(月)~5月7日(日)第1部19:30~20:30 第2部21:20~22:00(日祝日)第1部19:00~20:00 第2部20:50~21:30
 会場:ガルロチ(東京/新宿3丁目)
 料金:¥3,800(1日2回)※特別招聘アーティストのショーチャージは+¥1,000
 出演:B=ラルビ&アルフォンソ・ロサ グループ(特別招聘)
 問合:03-5361-6125 ガルロチ
■「Ryotaro's Session」

日時:4月26日(水)第1部19:20 第2部20:45
 会場:ノヴェンバーイレブンス1111(東京/赤坂)
 料金:¥3,500(+tax)
 出演:G=柴田亮太郎 Flute=坂上領 Bass=コモブチキイチロウ Per=宮本仁

問合:03-3588-8104 ノヴェンバーイレブンス1111
■パセオ企画「ソロライブ」

日時:4月27日(木)19:30開場 20:00開演
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,500(1回通し・1ドリンク付)
 出演:B=渡部純子
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■エスペランサ「フラメンコライブ」

日時:4月28日(金)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タバス付)※割引券で¥500引
 出演:B=稲沢静、浜宮子、三枝雄輔 G=小原正裕 C=柏山美穂
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■エスペランサ「フラメンコライブ」

日時:4月29日(土)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タバス付)※割引券で¥500引
 出演:B=宮内さゆり、平田かつら、齋間あゆみ G=長谷川暖 C=川島桂子
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ
■エスペランサ「フラメンコライブ」

日時:4月30日(日)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ デ エスペランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タバス付)※割引券で¥500引
 出演:B=加藤万理、長岡聖子、三枝雄輔 G=今田央 C=柏山美穂
 問 合:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスペランサ

5月の関東ライブ

■フラメンコライブ「麗の店 一夜限りの懐古版ライブ」

日時:5月19日(金)18:00開場 19:30開演(休憩あり)
 会場:ノヴェンバーイレブンス1111(東京/赤坂)
 料金:¥4,000(+tax)
 出演:B=忍あつ子、中尾真澄、松本もとよ、河野いおり、河野睦、久保美也子、高関テラ、井口裕香里 G=高橋秀男 C=森薫里
 問合:03-3588-8104 ノヴェンバーイレブンス1111
■LA CASITA LIVE Vol.19「フラメンコ~いのちの奔流」

日時:5月21日(日)第1部14:30開場 15:00開演
 第2部17:30開場 18:00開演
 会場:LA CASITA(神奈川/鎌倉市)
 料金:¥3,500(1ドリンク)
 出演:B=滝沢恵 C=ミゲル・デ・パダホス、エル・ニーニョ・カガオ G=石井奏碧
 問合:0467-386816 ラカシータ

出演:B=イバン・アルカラ、サロメ・ラミレス C=モイ・デ・モロン G=パコ・イグレシアス
 問合せ:03-3449-8454 イベリア

■Cante Flamenco Live[mano a mano]

日時:3月24日(金)18:00開場 19:30開演
 会場:ノヴェンバーイレブンス1111(東京/赤坂)
 料金:¥3,000(+tax)
 出演:C=水落麻理、永井正由美 G=Fermin Querol B=太田マキ
 問合せ:03-3588-8104 ノヴェンバーイレブンス1111

■ソレアド[フラメンコライブ]

日時:3月24日(金)第1部18:45 第2部20:00
 会場:ソレアド(神奈川/相模原市)
 料金:ショーチャージ¥1,500(ダブルステージ¥2,000)※要予約
 出演:B=神谷真弓、小林成江、マミーニャ C=大淵博光 G=石井奏碧
 問合せ:042-752-3513 ソレアド

■エスぺランサ[latido al cante 19]

日時:3月24日(金)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ・デ・エスぺランサ(東京/高円寺)
 料金:¥5,000(フリードリンク付)※割引券のない場合は¥500増
 出演:C=濱田吾愛、森薫里、柏山美穂、近藤裕美子、松林由美、山下祐見江 G=今田央 G=尾藤大介
 問合せ:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスぺランサ

■グランデセオ[フラメンコライブ]

日時:3月25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:チャージ¥1,000(入替なし)※要予約のライブ限定コース料理あり(チャージ別)
 出演:G=西井つよし C=川島桂子 B=深沢美生、河野睦、山本玲、島崎リノ
 問合せ:042-649-6480 グランデセオ

■那須慶一 Cante Flamenco Live[aguafresca vol.4]

日時:3月26日(日)17:00開場 18:30開演
 会場:ノヴェンバーイレブンス1111(東京/赤坂)
 料金:¥3,500(+tax)
 出演:C=那須慶一 G=稲津清一
 問合せ:03-3588-8104 ノヴェンバーイレブンス1111

■[ACADEMIA FLAMENCO]

日時:3月26日(日)12:00開演 13:00開演
 会場:サラ・アングラーサ(東京/恵比寿)
 料金:1ステージ制¥4,000(入場時に1ドリンク代別途)
 出演:B=ニノ宮末央&教室生徒 ゲストB=イバン・アルカラ C=モイ・デ・モロン G=パコ・イグレシアス
 問合せ:03-3449-8454 イベリア

■[スタジオ・バレン]アルハムブラライブ

日時:3月29日(水)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:各部 ¥700
 出演:鈴木能律子、永田健(ゲスト)、スタジオバレン舞踊団 G=今田央 C=大淵博光 Per=容昌

問合せ:03-3806-5017 アルハムブラ

■エスぺランサ[Special企画]

日時:3月30日(木)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ・デ・エスぺランサ(東京/高円寺)
 料金:¥5,000(1ドリンク、タパス付)※割引券のない場合は¥500増
 出演:B=林順子 G=高橋紀博 C=川島桂子
 問合せ:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスぺランサ

■アルハムブラ[フラメンコライブ]

日時:3月30日(木)1部19:15 2部20:45
 会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
 料金:通し¥2,000
 出演:G=逸見豪 C=Manuel de la Malena B=荻野リサ、今枝友加、三枝麻衣
 問合せ:03-3806-5017 アルハムブラ

4月の関東ライブ

■石原理江フラメンコスタジオ Agua de Sevilla発表会 [犬は吠えるがキャラバンは行く]

日時:4月1日(土)17:30開場 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(全席自由)

出演:B=石原理江フラメンコスタジオ生徒 C=嶽北慎二、ホルヘ・メリヤケオ 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

■グランデセオ[フラメンコライブ]

日時:4月1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:チャージ¥1,000(入替なし)※要予約のライブ限定コース料理あり(チャージ別)
 出演:G=西井つよし C=矢野佳子 B=佐渡靖子、小谷野宏司、島崎リノ 他
 問合せ:042-649-6480 グランデセオ

■エスぺランサ[フラメンコライブ]

日時:4月1日(土)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ・デ・エスぺランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タパス付)※割引券で¥500引
 出演:B=黒木珠美、井田真紀、大塚歩 G=尾藤大介 C=齋藤綾子
 問合せ:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスぺランサ

■アルハムブラ[フラメンコライブ]

日時:4月4日(火)1部19:15 2部20:30
 会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
 料金:各¥700
 出演:G=岩根聡 C=川島桂子 B=草野櫻子、沖村真紀、小山理絵、寺山遊、中村みさ
 問合せ:03-3806-5017 アルハムブラ

■アルハムブラ[フラメンコライブ]

日時:4月6日(木)1部19:15 2部20:45
 会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)

塚原利香子フラメンコ教室
 初心者からプロを目指す方まで
 生徒募集
 東西線 早稲田駅 徒歩 30 秒
<http://rikako.jimdo.com>
 HARA Studio 早稲田
 スタジオレンタル 30分 1,000円~
 問: rikako.tsukahara@gmail.com



料金:各¥700
 出演:G=Emillio Maya C=Manuel de la Malena P=三枝雄輔 B=Rocio Romero、後藤なほこ、和泉冴英香、鈴木雪花、新開玲子
 問合せ:03-3806-5017 アルハムブラ

■アルハムブラ[フラメンコライブ]

日時:4月7日(金)1部19:15 2部20:30
 会場:アルハムブラ(東京/西日暮里)
 料金:各¥1,000

出演:G=尾藤大介 C=ダニエル・リコ B=二村広美、サリナ、塚原利香子
 問合せ:03-3806-5017 アルハムブラ

■エスぺランサ[フラメンコライブ]

日時:4月7日(金)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ・デ・エスぺランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タパス付)※割引券で¥500引
 出演:B=中尾真澄、小野栄子、三谷和子、高橋和香奈、金上千佳、中川直美、G=片桐勝彦、江戸裕 C=森薫里
 問合せ:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスぺランサ

■グランデセオ[フラメンコライブ]

日時:4月8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:チャージ¥1,000(入替なし)※要予約のライブ限定コース料理あり(チャージ別)
 出演:G=今田央 C=ダニエル・リコ B=阿部ふき子、植木久恵、兼子千名美、小侯操
 問合せ:042-649-6480 グランデセオ

■フラメンコライブ[Spring Festival 春の祭典]

日時:4月9日(日)第1部18:30 第2部19:45
 会場:ノヴェンバーイレブンス1111(東京/赤坂)
 料金:¥4,000(+tax)
 出演:B=齋藤尚子、前若里佳、黒須信江、河野睦 G=石井奏碧 C=森薫里 Violin=森川拓哉
 問合せ:03-3588-8104 ノヴェンバーイレブンス1111

■エスぺランサ[フラメンコライブ]

日時:4月9日(日)第1部20:00 第2部21:05
 会場:カサ・デ・エスぺランサ(東京/高円寺)
 料金:¥4,000(1ドリンク、タパス付)※割引券で¥500引
 出演:B=中原潤、伊藤早希、伊藤千紘 G=今田央 C=齋藤綾子
 問合せ:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスぺランサ

■パセオ企画[フラメンコライブ]

問合せ:03-3383-0246(11:00~18:00)・03-3316-9493(19:30~24:00) カサ・デ・エスぺランサ

フラメンコ商品輸入販売・旅行手配 OFC

サパトス ¥9500 ~
 アパニコ ¥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 GARCIA ACADEMIA FLAMENCA

ベニートガルシア・フラメンコアカデミー
<http://www.benitogarcia.jp/>

高崎校4月オープン!! (講師 黒須信江)
 水曜日 入門13:00~、初級14:00~
 無料体験レッスン3/29(水)13:00~
 場所: JR高崎駅東口より徒歩1分
 DANCE SPACE Q 高崎駅前校/STUDIO B

お問い合わせ
info@benitogarcia.jp

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ベニートガルシアが、ここでしか学べないことをたくさん教えます! グループ割引、複数クラス割引、割引制度が多数!
 * 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 / 南北線赤羽若淵駅徒歩 2 分
 Tel: 03-6276-8787
 e-mail: info@benitogarcia.jp

見学・体験 随時受付中!

入門クラス限定
 入会金
90%OFF!
 ¥10,000 → ¥1,000



ファルーカズルーム Farruca's Room

ファルーカスタッフによる注目公演情報、
印象に残った取材の感想など
気ままにコメントしていくコーナーです

★ファルーカ取材記

映画「サクラモンテの丘
～ロマの洞窟フラメンコ」
チユス・グティエレス監督が来日



2017年2月18日から順次全国ロードショー中の映画「サクラモンテの丘」公開に伴い、同映画監督であるチユス・グティエレス氏が来日しました。

各マスメディアの取材やラジオ出演をはじめ、公開初日の舞台挨拶に登壇するなど、プロモーション活動で多忙を極めるなか、配給会社主催の来日記念パーティーにも笑顔で登場。関係スタッフに感謝の意を述べるとともに、日本での全国公開に対する喜びと期待を語りました。上映スケジュールは、「サクラモンテの丘」公式サイトにて告知中。フラメンコファンならずとも心打たれる作品。ぜひ、劇場に足を運んでください！

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】

『才能と努力の限界』について

「練習量も人一倍。自分なりに頑張っているのに、あとから入ってくるレッスン生がすぐにうまくなって…自分の力量のなさにうんざり。結局はフラメンコもセンスの問題なのか、と落ち込みます。努力だけでは越えられない壁を克服できないのでしょうか…」というシリアスなお悩み。皆さまからの鋭い、熱いアドバイスをお願いいたします！

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.45

発行日：2017年3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

■4月から始まる、セビジャーナス、プレリアのファルーカオープンクラス！ レッスンから遠ざかって久しい私も、楽しみです。皆さまもぜひ、一緒に！(A) ■DVDコーナーで紹介した「水曜どうでしょう」の私的オススメは、何と云っても「対決列島」です。(え) ■春になったら何しよう！？旅行？パーティー？勉強会？しかもフラメンコ繋がり？と皆で妄想に花が咲く今日この頃です。(ま) ■春夏に向けてファルーカオリジナルの新作カラーTシャツ発売しました(み) ■私を取り囲む様々なものの変化を肌で感じる今春。変わってきたのは周囲か、自分自身か？(福)

オリジナルデザインで チームTシャツを作ろう

●発表会 ●イベント ●サークル

★1枚ずつ変えられる!!

※追加料金なし



■料金

片面プリント 2,500円
(プリント代・Tシャツ代含む)

両面プリント 3,000円
(プリント代・Tシャツ代含む)

★枚数により割引あり
20~39枚：10%OFF
40~59枚：20%OFF
60枚以上：30%OFF



■ 190g/m²(5.6oz) 17/- 天竺
■ 綿100%

←生地厚い ←生地薄い →



男女兼用
レッド

レディース
アイスクリーン

Tシャツカラー



Tシャツ以外のアイテムにもプリントできます



お問い合わせ・ご注文は **ファルーカ** メール：info@farruca.jp

●【新発売】ファルーカオリジナル レディースTシャツ パラ 合計4名様

ファルーカオリジナルイラストのレディース用Tシャツ
レッスン着にはもちろん、普段使いにもオススメです。
素材：綿100% 締切2017年4月15日



シャーベットピンク 1名

アクア 1名

オレンジ 1名

ラベンダー 1名

Farruca Select Shop

ファルーカ・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!

ファルーカでお買物!

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。

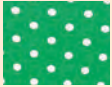


Quiquiriqui (キキリキ)



マーメイド
ファルダ・
グリーン×白
ドット柄
【限定1着!】
¥17,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 45K 01

何枚あっても可愛い水玉柄。カラー地に白ドットの貴重な一枚。着心地の良いジャン素材です。



マーメイド
ファルダ・
レモン色地
ペイズリー
【限定1着!】
¥18,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 45K 02

高級感のある光沢が特徴。エスニックな雰囲気漂う色合わせが新鮮。多色使いなので、トップスも合わせやすい。素材は伸縮性のあるポリエステル。



マーメイド▶
ファルダ・
ブルー地
赤花柄
【限定1着!】
¥18,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 45K 03

爽やかなブルーに相性の良い赤の組み合わせ。素材は伸縮性のあるポリエステル。



マーメイド
ファルダ・
モダン多色
【限定1着!】
¥18,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 45K 04

絵の具を散らしたようなモダンなテキスタイル。ジャージー素材が心地よい。



マーメイド▶
ファルダ・
白グレイ
ボーダー
【限定1着!】
¥17,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 45K 05

春夏シーズンにおススメのカジュアルファルダ。素材は伸縮性のあるポリエステル。



アバニコ+ペイネタ+フロレス
のセット(黄色) 商品
番号 45C 01
サイズ/(アバニコ)27センチ(ペイネタ)幅12.5
センチ、天地17センチ、くし部分6.5センチ(フ
ロレス)直径13.5センチ



アバニコ+ペイネタ+フロレス
のセット(ブルー) 商品
番号 45C 02
サイズ/(アバニコ)23センチ(ペイネタ)幅12
センチ、天地13センチ、くし部分6センチ(フ
ロレス)直径10センチ
ソロデビューにお得なアバニコとアクセサリー
のセット。

ファルーカオリジナルファルダ(日本製)



マーメイド
ファルダ・
フuchsia×
花柄ボランテ
【限定2着!】
¥17,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 FS74-T

鮮やかなピンクと花柄ボランテの組み合わせがレッスン気分を盛り上げます!素材は伸縮性のあるポリエステル。



マーメイド
ファルダ・
白黒水玉
【限定2着!】
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 FS75-T

定番の水玉ファルダ。大きめの水玉がキュート!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×
グレー
【限定2着!】
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 FS76-T

水玉模様がユニークに連なるモダンテイストな一枚。素材は伸縮性のあるポリエステル。



マーメイド
ファルダ・
モノトーン柄
【限定2着!】
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 FS77-T

人気のモノトーン柄。素材は伸縮性のあるポリエステル。

マーメイド▶
ファルダ・
サーキュラー
グレー柄
【限定2着!】
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品
番号 FS78-T

柄部分は円形状のスカートなので、ファルダさきもパツチリ!素材は伸縮性のあるポリエステル。



大判シージョ
¥14,000(税込)
サイズ/幅141センチ、
天地63センチ、フレ
コ29センチ
商品
番号 45C 03
ゴールドの刺繍と
フレコがゴージャ
スな大判シージョ。
紺紫が上品な印象
を与えます。

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

ファルーカ 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・携帯サイトのファルーカ・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・イヤリング)
- 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

お支払い

- 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、代引きの場合は注文後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。

Company Eva Yerbabuena

エバ・ジェルバブエナ フラメンコ舞踊団

フラメンコ界きっての
馨しいエトワール
3年ぶりの来日
(小島章司メッセージより)



Photo by Ruben Martin

2017

9/16 sat. 16:00開演

『iAY! アイ!』

9/17 sun. 15:00開演

『Apariencias 仮面』

※開演30分前開場

会場：Bunkamura オーチャードホール

料金：

S席13,000円 A席11,000円

※全席指定・税込

2演目セット券(S席) 24,000円

※2演目セット券はチケットスペース電話予約のみ

※未就学児の入場はお断りいたします

チケットお取扱い

- パルステ! (スマホアプリ)
- Bunkamuraチケットセンター 03-3477-9999 (10:00-17:30)
- オンラインチケット MY Bunkamura 他

一般発売日：4月23日(日)

ご予約・お問い合わせ

チケットスペース 03-3234-9999

http://www.parco-play.com
organized and produced by

PARCO

後援：



制作協力：f-Square



Eva Yerbabuena's tour
is produced by
flamencofestival

先行発売日決定!!
2017年4月2日(日) 10:00~
チケットスペース 03-3234-9999