

VIVAフラ&オンラインアカデミー生限定

はじめてのフラメンコパルマクラス

～身体一つで情熱のリズムを奏でよう！～



「退屈な日常やストレスから解放されたい」
「新しい出会いや仲間がほしい」

会社帰りや週末に踊ることで心も身体もリフレッシュして、
毎日をもっと楽しく、面白く過ごしてほしい！

そんな想いを込めてお届けする新コースがついにスタート。

フラメンコで人生を楽しくする
きっかけになってくれれば嬉しいです。

「はじめてのフラメンコパルマクラス」とは？

全6回でパルマ（手拍子）を体験する短期間の集中コースです。未経験者でも大丈夫。パルマの叩き方やコンパス（フラメンコ特有のリズムパターン）を理解し、今よりもっとフラメンコを楽しみましょう！

こんな方にオススメです。

- ・自分がギターで弾いている曲がどんなリズムなのか仕組みを知りたい方。
- ・単純にフラメンコのリズムを知りたい方。
- ・かといってスバルタは嫌。
- ・新しいジャンル挑戦して、自分の可能性を広げたいという方。

フラメンコのリズムに興味がある方は、
男性女性問わずどなたでもOKです！

このクラスを作ろうと思ったきっかけ

こんにちは、池川です。
先日ギター生徒さんと話をしていて、
新しくやるなら歌か踊りかどっちがいいか迷っていたんですね。

よくよく話を聞くと「カホン」といったリズムに興味があるとのこと。

そこで池川は考えました。

「実は手拍子が一番ハードルが低いんじゃないか？」
「そして、みんなが知りたいのって手拍子なんじゃないの？」

と。

ステージ上でアーティストがパルマで盛り上げていますが
手拍子も立派な楽器なんですね。



ギターとパルマはめちゃくちゃ相性がいいです。

パルマを叩けるようになると自然とギターも上達します。

ギター合奏の場合、一人がギターで、もうひとりがパルマで伴奏するというのもカッコいいですね！

パルマはこんな感じ

ぼくもライブ中にパルマを叩いたりします。

ちょっと昔の映像ですが、ぼくが組んでるユニット「Soluz」です。
バイオリンのメロディに合わせてパルマを叩いています。



<https://youtu.be/nLm70yReDyQ>

(30秒～と2分35秒～)

「踊りを踊るのはちょっと…」 「歌はオンチだし…」
という方はぜひパルマをオススメします。

講座の特徴

① 道具必要なし！手ぶらでOK！

自分の身一つでリズムを作ることができるため、レッスンには楽器の持参が不要です。

本場のスペインでは、バル（BAR＝居酒屋）やストリートでパルマが自然に聴こえることがあります。着の身着のまま、自然発生的に生まれる音楽こそがフラメンコの原点なのです。



②月1回、6ヶ月で完結！回数が決まっているから安心！

いざ、新しい習い事を始めようと思っても、「毎月定期的に通うのが不安」「習得するまでいくら掛かるかわからない…」「とりあえずお試しでいいんだけど」「辞めるタイミングが分からないからなかなか始められない」という方もいらっしゃると思います。この講座は6ヶ月の短期間集中の**完結型コース**ですので、余計な時間やお金はかかりません。

③ギターで参加してもOK！

VIVAフラ生徒さんでパルマの伴奏がやってみたい方は、ギター持参でレッスンを受けちゃいましょう！レッスンの合間にギターで伴奏すれば、頭と身体と指先全部使ってフラメンコのリズムを身体に染み込ませることができるのでオススメです。

④教材(PDF、動画、メール)による事前練習が可能

学習効果を最大限に高めるために、事前に教材(PDF、動画、メール)をお送りします。レッスン前までに十分に予習でき、さらに復習にもお役立て頂けます。

⑤プロのレッスンが体系的に低料金で学べる

講師は全員スペイン留学経験済み。本場さながらの内容を低料金で無理なく学ぶことができます。

レッスン内容



ゴールは「フラメンコの曲を聞いただけで、なんの曲種かを分かるようになり、パルマを叩けるようになること」！ギターレッスンでやっていることをパルマでも叩けるようになると、よりフラメンコが面白くなります。パルマの叩き方の基礎、コンパス（フラメンコ特有のリズム・パターン）を覚えて頭と身体でフラメンコを楽しみましょう！

<カリキュラム(例)>

- 1回目 パルマの叩き方、セコとソルダ、まずは1音きれいに鳴らす、タンゴスのパルマ
- 2回目 4拍子系の曲種（ガロティン、ティエント、タンゴ・デ・マラガ）のパルマ
- 3回目 12拍子系の曲種1（アレグリアス、ソレア・ポル・ブレリアス）のパルマ
- 4回目 12拍子系の曲種2（ソレア）のステップのパルマ
- 5回目 総復習
- 6回目 ギターと合わせて叩いてみよう！

※曲目、内容は変更する可能性があります。

レッスン日とレッスン時間

レッスンは募集して集まった生徒さんと講師の都合のいい日時を事前に決めて開催します。だいたい「平日昼～夕方」「平日夜」「土日」の3クラスに分かれる予定です。

レッスン時間は1回60分です。

レッスン場所



都内レンタルスタジオまたはレンタルスペースで開催します。これも集まった生徒さんと講師の都合のいい場所を事前に決めて開催します。

レッスン料金

定価36,000円→**第0期特別価格25,000円**(6回分のレッスン代、場所代、税すべて込み)

ご入会までの流れ

- ① **お申し込みフォーム**より必要情報を送信ください。
- ② レッスン日時と場所を相談の上決定します。
- ③ 受講料をコースが始まる前にお振込み（銀行振込・クレジットカード）いただいた後、「予習動画」を送付します。レッスン開始時までに練習しておいてください。
- ④ レッスンスタートします。

【お支払い方法】

銀行振込またはクレジットカード決済

[→お申し込みはこちらから](#)

よくあるご質問

Q.参加資格(条件)はありますか？

特にありません。未経験者大歓迎です。

Q.用意するものはなんですか？

当日は「動きやすい服装」「動きやすい靴」でお越しください。

靴は場所によっては内履きをご用意頂くことがあります。その場合は事前にご連絡いたします。

Q.レッスンの人数は？

お申込みいただいた条件で、3人以上集まりましたらクラス開講となります。

3名以下の場合はクラス開講とならず、別の場所、別の曜日や時間帯をご相談頂くことがありますので予めご了承ください。

Q.レッスン代以外にお金はかかりますか？

レッスン代、場所代などすべて込みの金額です。追加でお支払いいただくことはありません。

Q.1クール（全6回）が終わったあとは？

「新しい曲を学びたい！」という方は他のコースにお進み頂くことができますし、もう一度同じコースに通うことでさらに知識や技術を深掘りすることもできます。なるべく受講生の意向に添いたいと思っていますので、どのような形がいいか、ぜひ講師に気軽に相談してみてくださいね！

その他のご質問は[こちら](#)からお願いします。

講師紹介

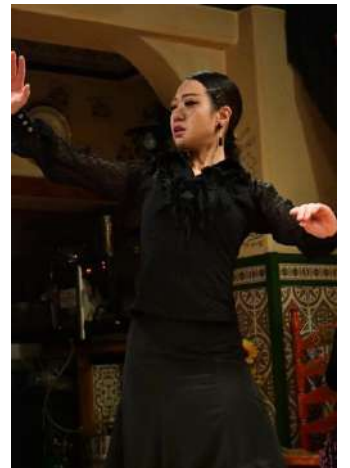
牛田裕衣 (うしだ ゆい)

1984年 北海道出身。金沢美術工芸大学フラメンコ部OG。'12 渡西、グラナダのフラメンコ学校 カルメン・デ・ラス・クエバスにて1年間学んだのち、踊り手ラ・モネタ率いる舞踊研究チームに所属し活動。'14 帰国し、松彩果 主宰エストゥディオ・カンデーラにて講師をつとめる。'16 再び渡西。'17 トリノ国際フラメンコ舞踊コンクール プロフェッショナル部門にて優勝。'18 エミリオ主催、グラナダ公演オーディションにて2位を受賞し、グラナダにて公演。現在、都内と横浜を中心に講師&ライブ活動をしている。



中村文歌 (なかむら あやか)

千葉工業大学ギタークラブにてフラメンコギターに出会ったきっかけによりフラメンコ踊り・パーカニッションカホンをはじめ。また、ストリートダンスから振付・演出を学び、現在創作・ライブ出演を重ねる。



寺井夢 (てらい ゆめ)

幼少時代にクラシックバレエ団に通い、後オーストラリアにダンス留学する。オーストラリアでフラメンコに出会い恋に落ちる。日本に帰国後、スペイン短期留学を繰り返しながら、小島裕子、ペパ マルティネスに師匠。2014年スペイン、セビージャにて長期留学をする。2014年クリスティーナ ヘレン フラメンコ学校に入学。卒業後はセビージャのタブラオや日本、アメリカで活動。現在は横浜在住、教授活動やライブ活動に力を入れている。



廣重有加 (ひろしげ ゆか)

慶應大学SFCスペイン舞踊部にてフラメンコ舞踊を始める。
後に小森皓平氏率いるレジェンダ・カンテ・アカデミーにてカンテを
始め、2005年より、都内のタブラオ等でカンタオーラとして活動を始
める。2007年、2009年に渡西し、約1年の滞在の間クリスティーナ・
ヘーレン財団のフラメンコ芸術学院にて多数のアーティストに師事す
る。



齋藤 綾子 (さいとう あやこ)

京都府出身。慶應義塾大学在学中にフラメンコと出会う。
都内を中心に様々な舞台で踊りのバックを務め、各種イベント、発表
会、その他企画ライブなど都内を中心に幅広く活動している。



おわりに

ぼく自身つらいことも苦しいこともありましたが、そばにはいつもフラメンコがありました。

苦しい時にフラメンコに助けられ、フラメンコがあったからこそ、今のぼくがいます。

「ぼくを作り上げてくれたフラメンコの魅力をもっと多くの人に伝えたい！」
「フラメンコを通じて、日々の生活に情熱をお届けしたい！」

と思い、今回のクラスを企画しました。

フラメンコは人の心を癒やし、情熱的な気持ちにさせ、人を励ますことができます。ぼくが失敗の上で気がついた学びや教訓をお伝えし、いつか今のぼくのように、**「大好きなフラメンコで楽しい毎日を送ってほしい！」**と思っています。

今度はあなたの番です！
もっともっとフラメンコを楽しみましょう！

