

# ダンサーのコンディショニングセミナー ～コロナ禍の怪我の事例を踏まえて～

一般社団法人日本バレエ団連盟は、文化庁委託事業「令和2年度次代の文化を創造する新進芸術家育成事業」の一環として、下記の通り、プロフェッショナルとして活動するバレエダンサー・バレエ指導者のためのコンディショニングセミナーを開催いたします。

令和2年度は新型コロナウイルスの影響のため、ダンサーにとっては例年とは異なる環境でのレッスンや公演が続きました。そのため、怪我や身体の不調を感じる方も多くいらっしゃったことと思います。経験したことのない状況でのレッスンや公演により、ジャンプ等に伴う怪我也複数見受けられました。

このセミナーでは、コロナ禍に伴う怪我の事例等を踏まえて、ダンサーの身体のメカニズムをひもときながら、気を付けたいポイントや、ご自身で行うことができるコンディショニングの方法をご紹介します。

## 【実施概要】

日 時：2021年3月5日（金）15:00～17:00

対 象：バレエダンサー・バレエ指導者（日本バレエ団連盟の会員団体に所属する方）

実施形態：Zoomを利用したオンラインセミナー（参加費無料）

定 員：Zoomでご自身の映像をONにして、  
画面越しに講師の指導をお受けいただく方は12名程度（先着順）  
（※見学のみの方は定員を超えて受付いたします。）

企画協力：NPO法人芸術家のくすり箱

講 師：杉本亮子

主 催：文化庁、（一社）日本バレエ団連盟

## 【お申し込み方法】

日本バレエ団連盟事務局（[info@japan-ballet.com](mailto:info@japan-ballet.com)）までメールにてお申し込みください。

メール題名：「コンディショニングセミナー参加申込」

記載事項：①お名前、②所属バレエ団名、③年齢、④Zoomの映像ON/OFFのご希望

## 【講師紹介】杉本亮子

ボディコンディショナーLMA/BF、マットピラティスインストラクター  
お茶の水女子大学大学院修士課程 人文科学研究 舞踊教育学専攻（動作学）修了。  
2002-04年、文化庁在外研修員としてNew Yorkにてダンスとボディ・コンディショニングの研修をおこなう。Laban/Bartenieff Institute of Movement StudyにてCMA（Certified Movement Analyst; 2004）、Physical Mind Instituteにてピラティス・マットエクササイズの指導資格を取得。現在は昭和音楽大学、日本バレエ協会サマースクール、アーキタンツ等にて、ボディ・コンディショニング指導や解剖学、運動生理学の講義をおこなっている。

