

ワークショップ

やったことがない技に挑戦したり、正しいやり方を教えてもらえるととても新鮮な気持ちになり、自分の可能性を感じて頂けるはずですが年齢に関係なく（未就学児は保護者同伴）参加でき、安全かつ結果も出せる内容になっています

1. でんぐりがえしワークショップ

意外と正しく「でんぐり返し」が出来る人は少ないのです
みんなで転がる楽しさとゲーム性のある体操も加え身体を動かします



2. 忍者ワークショップ

道具を使うと身体もたくさん使えます、忍者気分がワクワク倍増！
種目例：スポンジ手裏剣投げ・つなわたり（床に置いたロープ）・隠れ身の術
皿回し・でんぐり返し



3. サーカス芸ワークショップ

少し練習するだけで出来るようになるものと、出来ないけど面白いものに挑戦してもらいます
親子で楽しめる、もしくは大人の方がハマってしまうような内容です
種目例：皿回し・お手玉・シガーボックス・つなわたり（床に置いたロープ）・でんぐり返し



- ◆ショーを観て頂いた後にワークショップを行うと、効果が上がります
- ◆ワークショップ最後に希望者やピックアップした参加者の発表会も実施可能
- ◆最後のまとめとして「終了証」や「認定証」など配布可能
- ◆1回20分~40分、1日2回まで実施可能

サブリミット（出演&講師）について

NHK eテレ「天才てれびくんMAX」内で「天てれサーカス部」を指導。シルクドソレイユの舞台に出演させました

ヨーコは中学、高校の体育教員免許、介護予防運動指導員の資格を持っています