



にいがた 総おどり

2022にいがた総おどり チーム・個人参加のご案内

(お問合せ) 新潟総踊り祭実行委員会 事務局

〒950-0088 新潟市中央区万代1丁目6番1号バスセンタービル3階
TEL.025-383-6630 / FAX.025-255-1333 / E-MAIL.info@soh-odori.net

祭をみんなの力で取り戻そう

今年のにいがた総おどりは、新型コロナウイルスに対して感染対策を講じながら、フル開催に戻します。

是非、お客様に向かって、皆さんの踊りを直接届けて下さい。

開催会場は、万代シティ・新潟駅南口広場・古町通など、新潟市内の会場を予定しています。

安心・安全で、「あの感動」ある祭りを取り戻すために、参加者の皆さんには様々のご協力を御願います。することになりますが、参加した一人ひとりのみなさんの力で、各会場にお越し下さる皆さんと笑顔で繋がれる祭創りに、何卒ご協力戴きたいとお願い申し上げます。

また、現在チームでの参加が難しい方のために、個人で参加できるプログラムも充実しています。メンバーが減ってしまったりして、苦しんでいるチームがこのコロナ禍という名の冬を乗り越え、5年後、10年後も存続し大輪の花を咲かせるためにお役に立てることができたら幸いです。

もちろん、チーム演舞と一緒にご参加頂くこともできます。

昨年実施をし5万人視聴、海外20か国から参加のあったオンライン開催は、今年も健在。リアルでも、オンラインでも、一人でも多くの皆さんのご参加を、心よりお待ちしております。

次の世代へ、この時代を私たち踊り子はどう生きたのか、どう乗り越えたのか。みなさんと一緒に、この祭りで証（あかし）を残しましょう。

新潟総踊り祭実行委員会

総合プロデューサー 岩上 寛

POINT

1

祭りの参加方法

にいがた総おどりとは.....	5P
多彩な参加方法.....	6P
開催スケジュール／概要	7P

POINT

2

チーム/個人 参加要項

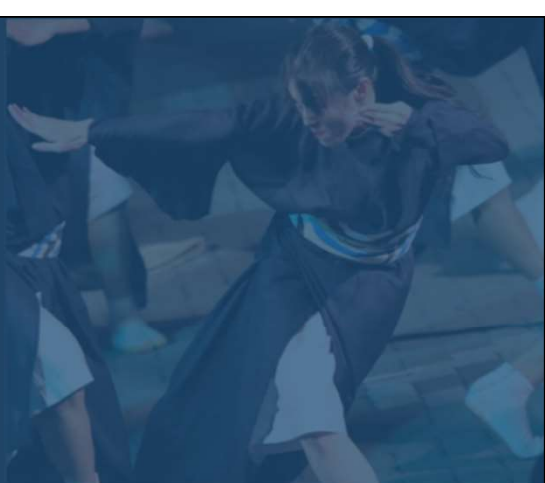
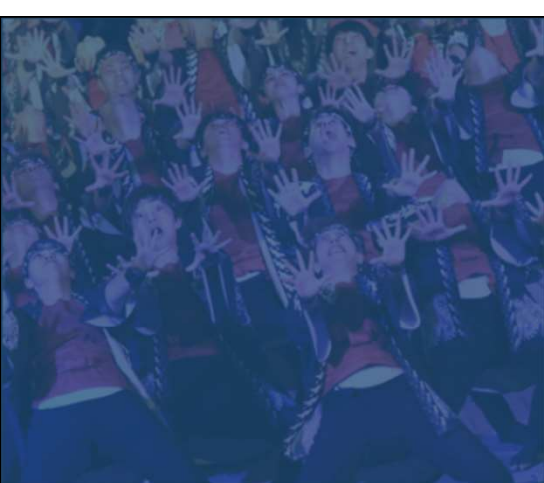
チーム参加	9P
個人参加	13P
教室（大会主催）のご案内	16P

POINT

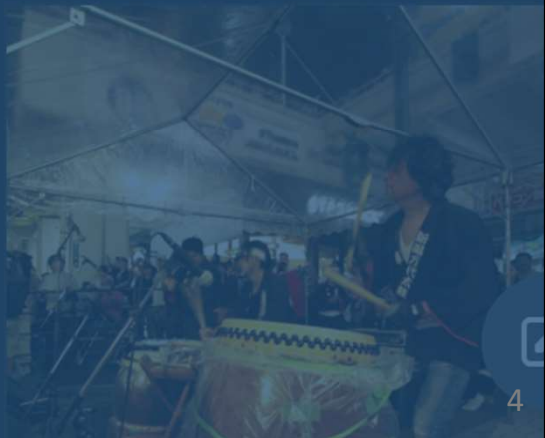
3

新型コロナウイルス感染対策ガイドライン

観客・参加者の皆様へ感染対策のお願い.....	18P
-------------------------	-----



祭りの参加方法



にいがた総おどりととは

新潟の若者たちが「次の世代へ受け継ぐ心」という志を掲げ、2002年に始まった「にいがた総おどり祭」。

目指しているのは、「日本一心躍る、オールジャンルの踊りの祭」です。

年齢も、国籍も、そして踊りのジャンルも関係なく、**唯一の参加条件は「心を込めて踊ること」**のみ。

普段であれば、祭り当日は新潟県内全市町村はもとより、**全国、そして海外から**も踊り子が新潟に集い、**約20万人もの観客**を感動の渦に巻き込みます。

心を込めて踊るからこそ、観客にも想いが伝わり、大きな感動を呼び、拍手や生きる力が生まれるのです。

この力は**新潟から世界へ、現代から未来へ**、より良い世の中を作る大きな力にもなっていくはず。

あなたが踊ることで祭りは完成し、社会を変えていく力につながります。

江戸時代に四日四晩踊る祭りがあり、今も踊りに熱狂する「踊りの街 新潟」から、一緒に世の中を盛り上げていきましょう！

次の世代の子どもたちへ
感動と持続可能な未来を届けるために
みんなの手でつくる祭りです。

にいがた総おどり
20年の歩み



多彩な参加の方法

チームの活動を続けてこられた踊り子の皆さんもあれば、お休みされている踊り子の皆さんもいらっしゃると思います。皆さんの団体・個人の、状況に応じて様々な参加方法が選べます。

チームで参加コース

会場にて1日3回チーム演舞
※回数調整可能



→P9 チーム参加要項

総踊りは何人からでも、どんなジャンルでも参加できます！また演舞回数もご希望を聞いて調整します。今年できることから気軽にエントリーしてみませんか？リアル参加が難しい場合には、オンラインでの動画参加も可能です。



チーム紹介を希望される方や新規に設立したいという方には事務局から紹介・設立サポートをしています。お気軽にお問い合わせ下さい。

個人で参加コース

下駄総踊り・華鳥風月
総踊り体操で
フィナーレに個人で参加する



→P13 個人参加要項

祭のフィナーレを彩る、特別演舞を7月～練習会（希望者にはオンライン実施も可能）で習得し参加します。チームの活動ができない場合は、メンバーに個人参加をご案内してみてもはいかがでしょうか。チームの活動が再開する際に、きっと力になってくれます。

よくばり参加コース

昼はチームで
夜は個人で参加



チーム演舞と個人参加プログラムは時間が分かれているため、両方に参加することが可能です。チームメンバー内で個人参加プログラムに参加を希望する方がいても、チーム演舞に支障はございません。※着替えなど多少、頑張らなければいけません。

教室で参加コース

親子で参加の親子教室、
初中級・アドバンスのダンス教室で
新しい仲間と参加



→P16 教室ご案内

新潟市内近郊の方であれば実行委員会主催の教室で祭に参加することができます。初心者の方の初中級教室や、スキルアップを目指したアドバンス教室。さらに、親子で踊りたい方の親子教室など。新しい仲間を作りながら、祭に参加しませんか？



開催スケジュール

TIME	9/17（土）-想う祭日-		9/18（日）-奏でる祭日-			9/19（月祝）-創る祭日-				
	リアル会場	オンライン	リアル会場		オンライン	リアル会場	オンライン			
午前	チーム参加募集 万代2F広場、 駅南広場で ステージ 演舞 ※特別会場 新潟ふるさと 村会場も追加	YouTube オンライン参加企画 動画投稿や オンライン LIVE参加 募集！ 参加費無料！ 無料で視聴可能	万代十字路	駅南広場	その他	YouTube 万代十字路のLIVE 中継 無料で視聴可能	チーム参加募集 万代十字路、 万代2F広場 駅南広場で演舞 ※特別会場 新潟ふるさと村会場も追加 <最終日は飛び入り可> 他チームの演舞の後ろに 入って一緒に踊れる のが総踊り最終日の魅力！			
午後			個人参加募集 古町7番 町・6番町 ストリート 演舞 ①華鳥風月 ②下駄総踊り 募集	チーム参加募集 万代十字路、駅南広場の2会場 が審査会場 全参加チームがどちらかのメイ ン会場で1回と個性豊かな、 その他会場（計7会場予定）で 2回演舞。 希望チームはその他会場にて3 回以上演舞も可能です。	チームで参加 参加要項【P9-12】 を今すぐチェック！			個人で参加 参加要項【P13-15】 を今すぐチェック！ →どっちも参加もOK	個人参加募集 スペシャル フィナーレにて演舞 ①華鳥風月 ②下駄総踊り 募集	万代十字路のLIVE 中継 無料で視聴可能
夕方										
夜間										

9月17日(土)

昼間：チーム参加 夜：個人参加 オンライン参加募集

**昼間は万代2F・駅南広場でステージ演舞
夜は、古町6・7番町でスペシャルパレード！**

3年ぶりの、市内で開催されるにいがた総おどりが復活開催！新潟市内、新潟県内、県外からの様々な参加チームが、万代・新潟駅・古町を演舞で盛り上げる。初日のフィナーレは古町に会場を移し、県外チームや、見どころ満載の合同演舞で会場を湧かし、永島流新潟樽砵の調べに合わせて古町を踊り歩く「新潟下駄総踊り」。華やかな着物を身に纏った老若男女の踊り手たちが、四日四晩踊り明かしたといわれる江戸時代の新潟の盆踊りの様子を賑やかに、艶やかに再現します。



▼オンライン参加も募集

* 10:00～15:00
全国・海外からの動画配信（全50団体）
→ 参加方法は事前の動画投稿

9月18日(日)

昼間：チーム参加 夜：個人参加募集

**万代十字路・駅南広場が審査会場。7会場
14ジャンルが集まる日本最大級のダンスフェス**

最も参加チームが集まる中日（なかび）本祭！踊りで多世代交流の輪が広がる一日になります。J A Z Z, H I P H O P フラダンス、フラメンコ ALLジャンルが集う日本最大級のダンスフェス！

夜は個人参加による特別演舞プログラムや、歴史ある3つの賞の授賞式。一日を通じ、コンセプトに基づいてチームを選び、健闘を全員で讃えます。花形で構成された新潟下駄総踊りも必見！



9月19日(月祝)

昼間：チーム参加 夜：個人参加募集

**参加者同士の交流を楽しめる最終日。
新しいアイデア・人・感動との出会い。**

最終日は、会場や時間ごとに踊りや参加団体のジャンルといったテーマ性が濃いプログラム。飛び入り参加也大歓迎です！

来年に向けて、チームや個人の文化活動を盛り上げていくための、たくさんのヒントや、アイデア、そして、メンバーのモチベーションを、様々な交流を通して育むことができます。そしてエンディングでは、万代十字路で、行われる特別プログラムを踊り・観覧しながら3日間の祭を感動で締めくくりましょう！



And more...

チーム参加要項

①

まずは
参加エントリー

②

※オフラインの開催方法確定案内

A : ■■■▶ 予定通り

B : オフライン一般参加中止

チーム演舞動画を事前回収して
オンラインで配信いたします

③

※ Bの場合の参加方法

I : 自主制作

チームの演舞動画を事前に回収します

II : 実行委員会へ制作依頼

新潟総踊り祭実行委員会にて、
撮影編集承ります。(※製作費有料)
ご希望の方は当実行委員会
(TEL:025-383-6630)までお問合せ下さい。

III : 参加キャンセル

オフライン開催について
拡大状況を踏まえて**8月上旬**に決定

A : 予定通り開催 B : オフライン一般参加中止

ルールは『心をこめて踊ること』というたった一つ。
この祭りはどんなジャンルでも、だれでも自由に参加できます。

①時間

演舞曲再生時間は、
5分以内



②人数

何人からでもご参加頂けます

本年度は感染対策の観点から、人数が多いチームについては、演舞枠を分割するなど、個別に対応させて頂く場合がございます。



③申込期間

6月10日(金)0:00～
7月20日(水)24:00 まで

申込フォームは
コチラ

※募集上限数を超えた場合、締切前に募集を終了する場合があります。



<にいがた総おどり公式HPからも申込受付>
URL : www.soh-odori.net

④参加費

中学生以上1人 **3,000円**
小学生以下 **無料**

2002年の開催以来、参加しやすい祭りを目指して、開催経費のコスト削減に努め、参加費をなるべくおさえられるようにしてまいりましたが、**次の世代の子供たちのために祭りを維持していくため、また安心して皆さんに参加して頂くため、上記の通り参加費の値上げをさせて頂くこととなりました。**

参加者の皆様にはご不便をおかけいたしますが、皆様と共に、この祭りを未来に届けていきたいと、ご理解いただける様、お願い申し上げます。

⑤お支払い方法

クレジットカード・コンビニ決済

感染対策の観点から、代表者に参加費を回収頂く従来の方法から、参加者お一人ずつ参加チケットを購入頂く方法に変更致します。※**8月上旬に詳細ご案内致します。**



⑥感染症対策

電子チケットによる入場管理にご協力ください。

スマホをお持ちでない方も対応できるよう準備しております。※**8月上旬に詳細ご案内致します。**

**感染対策ガイドライン
詳細はP19参照**

①お申込

6月・7月

いいた総おどり公式HPか、
下記QRコードの申込フォーム
からチームエントリーを行ってくだ
さい。

URL :
www.soh-odori.net

■申込受付期間
6月10日(金)0:00～
7月20日(水)24:00 まで

※募集上限数を超えた場合、
締切前に募集を終了する
場合があります。

※この時点ではまだ参加
人数は予定で結構です。

申込フォームQR



申込者のメールアドレスへ「参
加申込確認メール」が自動返
信されます。

メールが届かない場合は、事
務局までお問い合わせください。
TEL : 025-383-6630

■募集について
発表は5分以内でお願いいたします。ジャンルや人数は問いません。音源をご用意下さい。(詳細は後日お知らせ致
します)

■メールのご登録について
参加申込後は、メールにて当日までのご案内を行います。なお、参加メンバーの皆さんについては、新型コロナウィルス
感染症対策の為、参加チケットご購入時に個人登録をお願いいたします。雨天・災害時の緊急連絡など含む安全管
理上の情報を配信しますので、8/1送信予定の「参加チケット購入方法」をメンバーの皆さんへ転送・周知をお願い
いたします。

②参加者情報

8月1日頃(予定)

開催方法

リアル開催について拡大状況
を踏まえて開催方法をご連絡
致します。

A : 予定通り開催
B : 無観客開催
C : リアル一般参加中止

演舞スケジュール・会場図

演舞スケジュールをご案内致
します。

※本年度は演舞順を決めるく
じ引きは行いません。エリア内
の人数管理のため事務局に
てスケジュールを作成致します。

参加チケット購入方法

参加ガイドライン情報

③提出物回収

8月23日〆切

提出内容

・参加人数の確定
・楽曲情報
・音だしのタイミング
・マイクの本数 etc.
メールでご連絡致します。

C : オフライン一般参加中止の場合

③動画データ回収

既にお持ちの演舞動画や、祭りに向けて新たに作成した演舞動画
を回収し、当日演舞スケジュールにそって、チームの演舞動画を配
信致します。

提出期限 : 8月31日(水)

※予定通り開催の際に、チームの判断でキャンセルされる場合も
動画データ回収で参加(参加費無料)に切替も可能です。

■肖像権・著作権について
いいた総おどりに参加する場合(チーム・個人問わず)、新潟総踊り祭実行委員会が「いいた総おどり」の振興に
資する為に使用する場合に限り、肖像権・著作権等を主張しないものとしてください。また、JASRAC(日本著作権
協会)に登録されているアーティストの作った音楽を使用する場合、著作権上の手続きを済ませた音楽を使用してく
ださい。

④チケット購入

8月31日〆切

ご案内する「参加チケット購
入方法」に記載のHPからメン
バー各自で電子チケットを購
入頂きます。

中学生以上1人 3,000円
小学生以上1人 無料

※電子チケットは参加者用
当日入場チケットとして利用
※キャッシュレス化、人数管
理などの感染対策のため、ご
協力をお願い致します。

9月17日
18日19日

「いいた総おどり祭」本番

ルールを守り、気持ちの良い祭創りに ご協力をお願い致します。

日本一クリーンな祭り

にいがた総おどりではSDGsを推進しております。
次の世代の子供達に美しい地球を残していくために、踊り子の皆様も、ゴミのポイ捨て等、無いようにお願い致します。

当祭参加をきっかけに、私たちが、「生活の中でできる身近なSDGsアクション」について、考えるきっかけになれたら幸いです。

**祭り開催に使用する
電力を100%
自然エネルギーにシフト**

楽曲・振付・衣装制作 及び衣装レンタル

新しい曲にチャレンジしたい！
衣装を新しくしたい、衣装をレンタルしたい！
小道具（扇子etc）を取り入れたい！
など、検討しているチームさんは、実行委員会 事務局
にご相談ください。

座り込みや荷物置きNG

お店の入り口付近に座り込んだり、長時間の滞在をしないようご協力お願い致します。
路上、通路に手荷物を置くことはご遠慮ください。

商店街のお店の皆様に、ご理解を頂き開催をしています。
座り込み・荷物置き以外でも、商店街に迷惑を掛ける行為はおやめください。

地域の皆様に愛され、この会場で祭りを継続するためには、私たち一人ひとりの思いやりが大切です。

保険

イベント開催中は、実行委員会にてイベント保険に加入しておりますが、練習期間は保険適用外となっております。
練習期間を含めた保険加入をご希望の場合は実行委員会 事務局までご連絡ください。

その他

- ・喫煙エリア以外での喫煙はご遠慮ください。
- ・未成年者の喫煙、飲酒は絶対にさせないよう注意を払って下さい。
- ・公衆に著しく迷惑をかけたチームは、出場を取り消す場合がございます。ご注意ください。
- ・小さなお子様の参加が多くなっています。お子様には充分な気配りをお願いします。
- ・運営の妨げになる可能性がありますので、受付等のお時間は厳守をお願いします。

宿泊・交通手配

お祭時期に市内に宿泊希望の方は実行委員会までお問い合わせ下さい。宿泊先をご案内させていただきます。

年々宿泊希望者が増えており、ご案内は先着順でご予約頂く形になります。部屋数に限りがございますのでお早めにご連絡下さい。

こちらのフォームからお問合せ下さい。担当者より折返しご連絡致します。



個人参加要項

①

まずは
参加エントリー

②

※オフラインの開催方法確定案内

A : ■■■▶ 予定通り

B : オフライン一般参加中止

演舞動画を事前回収して
オンラインで配信いたします

オフライン開催について
拡大状況を踏まえて**8月上旬**に決定

A : 予定通り開催 B : オフライン一般参加中止

下駄総踊り

300年前から受け継ぐ、新潟の祭り魂。
水害、震災、困難の中で新潟の人々の絆を繋いできた踊り。

インドのサリーをリサイクルした、自分だけのオリジナル衣装を身に纏い、新潟の伝統工芸品、小足駄を履き鳴らしながら踊る下駄総踊りは圧巻！

更に当日は、万代太鼓 華龍、音魂、永島流新潟樽砵伝承会など新潟で活躍する団体の生演奏に合わせて踊ります。

■ 2022にいがた総おどり出演概要

9月17日（土）19：00～20：30（予定）@古町6・7

9月18日（日）20：00～20：30（予定）@万代十字路

9月19日（日）19：00～19：30（予定）@万代十字路

★各3日間のフィナーレを彩るにいがた総おどりの目玉のプログラムです！

★踊りには衣装や下駄が必要になります。新規参加申込者の皆様には
申込後ご案内致します。

<TOPIC1> なんと新潟まつりでも今年下駄総踊りが踊れます！

毎年8月上旬に開催される新潟まつりにて、8月7日（日）に古町通りを下駄総踊りを踊りながらパレードします。

※新潟まつり参加申込については下記のURLよりお申し込み下さい。

■ 新潟まつり参加申込フォーム



<TOPIC2> 7月新潟市にて無料講習会を開催します！

新潟市内8区で下駄総踊りの無料講習会も開催致します。

（8月は通常通り講習会費 一人500円）

初めての人はもちろん、久しぶりに踊りたいというあなたにも、スタートしやすい、オススメの年となります。新潟市外からでも参加可能です。

ぜひ、この機会に、新潟に根付く祭文化を、体験してみませんか？

下駄総踊り・華鳥風月の

講習会日程はこちら→→→→→→→→→→



華鳥風月

自然を愛する日本人の心を表す、華、鳥、風、月の4作品の連続演舞。万代太鼓華龍、音魂、永島流新潟樽砵の生演奏とのコラボレーション！

華：“日本の祭り”を感じさせる、キャッチーで華やかな作品。
祭り囃子にあわせて、法被にハチマキ姿の踊り子たちが、会場を祭りの世界に引き込みます。

鳥：“日本の風情”を感じさせる、優雅で美しい作品。色鮮やかな衣装と金色の扇子が特徴的で、観衆を魅了します。

風：“日本のエネルギー”を感じさせる、力強く猛々しい作品。
佐渡おけさやヒップホップを取り入れた印象的な踊りで、見る者の心を驚嘆にします。

月：過去と未来の融合。新境地を目指した美しい作品。
コンテンポラリーやハウスなどのダンス要素と、美しい音楽とが合わせり自然と涙があふれてくるような踊りです。

新潟だけでなく、全国各地、そして世界へと。

華鳥風月を通じて、地域を超えた繋がりが増えています。

個人参加プログラムでも、チーム演舞でも取り組めるこの作品で、万代十字路のフィナーレで踊る感動をぜひ体験してみてください！

■ 2022にいがた総おどり出演概要

9月17日（土）16：00～16：30（予定）@古町6・7

9月18日（日）18：00～18：30（予定）@万代十字路

9月19日（日）18：00～18：30（予定）@万代十字路

★各3日間のフィナーレを彩るにいがた総おどりの目玉のプログラムです！

★踊りには衣装やアイテムが必要になります。

新規参加申込者の皆様には申込後ご案内致します。

学生合同演舞

「次の世代に受け継ぐ心」を、テーマとして掲げているにいがた総おどり祭では、県内各地の小中学校による合同演舞が、毎年開催されてきました。今年は学校間の垣根を超えた、学生合同演舞として、新しくプロジェクトが誕生！

総踊り参加校、チームの子どもたち、個人でエントリーしたい子どもたちがみんなが参加できる学生合同演舞、演目は「華総踊り」です。

人気の「華鳥風月_華」を誰もが楽しめるようにアレンジした総踊り楽曲となります。

学校として取り組むも可。もちろん個人として取り組むも可。

小学生～高校生までの子どもたちだけが参加出来るプログラムとなります。

興味のある方はお気軽に新潟総踊り祭実行委員会までお問い合わせ下さい！

■ 2022にいがた総おどり出演概要

9月18日（日）18：30～18：40（予定）@万代十字路

★中日のフィナーレを彩るにいがた総おどりの目玉のプログラムです！

★衣装の指定はありません。チーム衣装でも個人の私服などでもご参加頂けます。

■ 対象年齢：未就学児～中学生

■ 習得方法：

総踊り参加校やチームの皆様の夏休みの練習に、当会学生スタッフがお伺いして踊りを講習致します。踊りは比較的簡単な振付のため、総踊りに参加している団体の学生の皆さんであれば、1回の練習でも覚えて参加することができます。

参加申込者の皆様に、個別に当実行委員会学生スタッフよりご案内致します。

■ 学生合同演舞 参加申込フォーム





①お申込

6月・7月

にいがた総おどり公式HPか、
下記QRコードの申込フォーム
からチームエントリーを行ってくだ
さい。

URL :
www.soh-odori.net

■申込受付期間
6月10日(金)0:00～
7月20日(水)24:00 まで

※募集上限数を超えた場合、
締切前に募集を終了する
場合があります。

〈下駄総踊り〉
申込フォームQR



〈華鳥風月〉
申込フォームQR



①講習会に参加

7月から開始

案内

「2022にいがた総おどり講習
会日程一覧」のシュレッドシ
ートを確認し、各地で開催され
る講習会に参加。

■講習会日程一覧はこちら



※申込者のメールアドレスへ「参加申
込確認メール」が自動返信されます。

メールが届かない場合は、事務局まで
お問い合わせください。
TEL : 025-383-6630



③参加者情報

8月1日頃(予定)

開催方法

リアル開催について、コロナウイ
ルスの拡大状況を踏まえて、
開催方法等をご連絡致しま
す。

A : 予定通り開催
B : 無観客開催
C : リアル一般参加中止



④チケット購入

8月31日〆切

ご案内する「参加チケット購
入方法」に記載のHPから、メ
ンバー各自で電子チケットを
購入頂きます。

中学生以上1人 3,000円
小学生以上 無料

※チーム参加と併用して参
加されている場合は、重複し
て参加費をお支払い頂く必
要はありません。

※電子チケットは参加者用
当日入場チケットとして利用
※キャッシュレス化、人数管
理などの感染対策のため、ご
協力をお願い致します。

④事前リハーサル

9月10日(予定)

実施内容

■開催概要
・日時/9月10日(土)予定
・会場/新潟市内体育館施設

■参加費 無料
■持ち物 演舞道具、足袋、安ピ
ンなど

※衣装着用の上、本番同様の合
わせを行います。

事前リハーサルにこれない方へ

基本的には、事前リハーサルは
出演者全員参加となりますが、ど
うしても事前リハーサルに都合が
つかない方は、事前に事務局ま
でご連絡下さい。



9月17日
18日19日

「にいがた総おどり祭」本番

■メールのご登録について

参加申込後は、メールにて当日までのご案内を行います。なお、参加メンバーの皆さんについては、新型コロナウイルス感染症対策の為、参加チケットご購入時に個人登録をお願いいたします。雨天・災害時の緊急連絡など含む安全管理上の情報を配信します。

■肖像権・著作権について

にいがた総おどりに参加する場合(チーム・個人問わず)、新潟総踊り祭実行委員会が「にいがた総おどり」の振興に資する為に使用する場合に限り、肖像権・著作権等を主張しないものとしてください。また、JASRAC(日本著作権協会)に登録されているアーティストの作った音楽を使用する場合、著作権上の手続きを済ませた音楽を使用してください。



総踊り主催教室のご案内

総踊りダンス教室 初中級

祭のフィナーレプログラムにも
特別出演！



踊りにチャレンジしたい。
もっと踊りたい。基礎を学びたい。
振付を早く覚えられるようになりたい。
丁寧にゆっくりと進めていきます。

●内容／会場

- ・一ヶ月に2～3回程度です。
- ・一回のレッスンは1時間半です。
- ・会場は新潟市内施設になります（入会後ご案内）
- ・ストレッチ、筋トレ、JAZZ基礎、Balletテクニック基礎、振付etc...
回る、ジャンプなど苦手な克服のためのチャレンジ。
振付を覚えるのが苦手な人も積み重ねで一步前進！

●プロの指導力でメキメキ上達

- 「初中級・アドバンス」それぞれ指導を担当するのは、パーソナルトレーニングに定評のある「坪川なぎさ」

> Profile

北海道旭川市出身。高校を卒業後、地元の金融機関在籍時によさこい踊りに魅了されJAZZ、FUNK、HIPHOP、BALLET、YOGA、AEROBICSなどを学ぶ。

「共に創る」をモットーに、人の心に寄り添った時間を提供するパーソナリティを大切に活動の場を広げており、現在は新潟市内のダンススタジオやよさこいチームにて踊り指導講師として活躍中。舞台演出や振付の他、よさこい界では作品製作や衣装製作・デザインプロデュースを手掛けている。新潟市内にあるトータルビューティ美容室にてボディパーソナルトレーナーとしての経験も持つ。

総踊りダンス教室 アドバンス

祭のフィナーレプログラムにも
特別出演！



踊りの基礎を学びたい。
今よりもスキルアップしたい。
経験者でもダンス初心者でも、成長したい熱い気持ちがあれば、誰でも参加が可能です。

●内容／会場

- ・一ヶ月に2回程度です。
- ・一回のレッスンは1時間です。
- ・会場は新潟市内施設になります（入会後ご案内）
- ・ストレッチ、筋トレ、JAZZ基礎、Balletテクニック基礎、振付etc...
- ・にいがた総踊りでは、万代十字路のフィナーレの空間を彩るダンスナンバーで出演します。

総踊り親子教室

隔週1回ペースの練習で
祭に親子で参加できる大人気教室。



親子で楽しく総踊りを踊りたい。
たくさんの仲間と子育てをしたい。
喜び・感動・苦勞を分かち合いたい。
下は2歳児～上は中学生までの子どもたちと親とで参加。

●内容／会場

- ・一ヶ月に2回程度です。（隔週金曜日 19：00-20：30[予定]）
- ・一回のレッスンは1時間半です。
- ・会場は新潟市内施設になります（都度連絡いたします）
- ・参加するお子さんの年齢や、経験に合わせて
「エンジョイ組」と「チャレンジ組」に分かれて練習します。
- ・2022年課題曲は「華」。エンジョイ組では簡単な総踊りを
チャレンジ組では、難しい本踊りを覚えます。

●スケジュール／料金

6/19日	13：00-15：00	合同練習華総踊り振り落とし＆全体交流
6/24金	19：00-20：30	クラス毎練習
7/8 金	19：00-20：30	クラス毎練習
7/22金	19：00-20：30	クラス毎練習
8/5 金	19：00-20：30	クラス毎練習
8/19金	19：00-20：30	クラス毎練習
8/26金	19：00-20：30	合同練習立ち位置＆フォーメーション練習
・料金：1家族 2,000円／1回		

●スケジュール／料金

初中級クラス



アドバンスクラス



●申込／お問合せ方法

上記をご覧になって興味をもたれた方は、お気軽にお問合せ下さい。
見学・体験できる日程を担当者から折り返しご連絡致します。



●申込／お問合せ方法

上記をご覧になって興味をもたれた方は、お気軽にお問合せ下さい。
見学・体験できる日程を担当者から折り返しご連絡致します。





新型コロナウイルス 感染対策ガイドライン

観客・参加者の皆様へ感染対策のお願い



POINT

1

会場内ではマスク着用

観客の皆様は原則マスク着用。参加者の皆様には、演舞時以外の際はマスク着用をお願い致します。※熱中症を防ぐため適切にマスクを外すことも必要となります。自治体指導のもと開催近くなりましたら、改めてご案内致します。

POINT

2

こまめな手洗いと手指消毒を

会場入り時・受付時に消毒にご協力ください。会場内に消毒液を設置しておりますので、こまめに消毒をして下さい。

POINT

3

大声での歓声や会話、飲酒NG

参加者だけでなく、観客の皆様におかれましても、大声での歓声はお控え下さい。なお今年は会場内にアルコール販売ブースはございません。

POINT

4

着替え室では十分な間隔の確保を

屋内となる着替え室は、同時利用者数を制限するため、参加人数によって当会でスケジュールを割り振り、会場入り時間を分散致します。屋内では、密にならないようご注意ください。

POINT

5

検温・参加チケットの利用

控室入り口で検温を実施を予定。参加者個別に発行される参加チケットで屋内の収容人数を管理できるようにしています。