

# Ensalada

スタジオイリス通信  
Vol.1

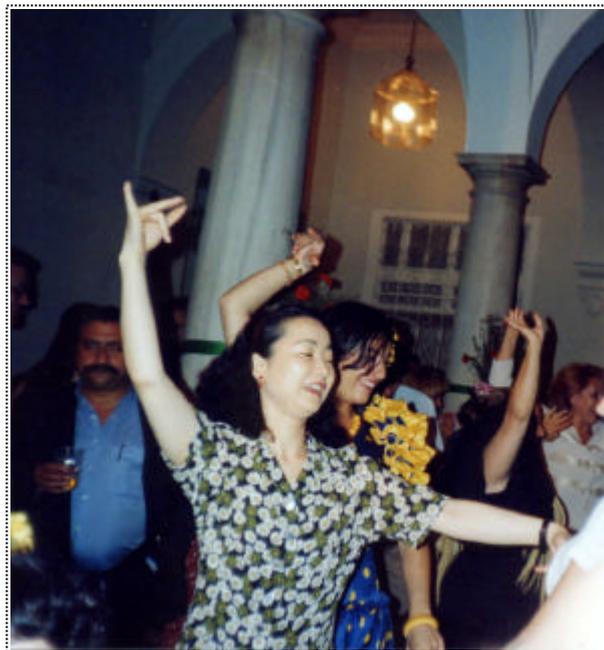
Ensalada(エンサラダ) - サラダの意味

〒132 東京都江戸川区松島 2-27-3-202

## 特集：スペインフラメンコエッセイ

TEL/FAX (03)-5607-1095 E-mail [kazumi@ba.mbn.or.jp](mailto:kazumi@ba.mbn.or.jp)

スペインの春を体験するのは何回目だろうか。今回は5度目の渡西であるが、スペインはいつもそこにあると感じるのは私だけではないだろう。今回はマドリードと滞在の大半をアンダルシアのセビージャで過ごした。ちょうど春祭りフェリアが終わりロシオの時期であり、そして今年はラッキーなことに国やセビージャのそれぞれの地区が主催する(入場無料)フラメンコのコンサートが始まっている時期であった。野外コンサートはもう夏のフェスティバルのようで、真っ暗な乾いた空気の中にライトが当たると古い石の建物と緑の木々のバックが浮かび上がり、土の上に並べられた木の椅子に座ると、もう観る前から雰囲気いっぱい。気候や環境はそれだけで説得力があり、そういう中で育ってきたフラメンコはやはりその土地で観るのが一番である。真昼の強烈な太陽をシエスタでやり過ごし、日暮れと共に昇ってくる月を愛でて、1日を何回も楽しむ術を知っているアンダルシア人。スペインへ行くと、毎日を生きているだけで精いっぱいになっている自分がそこに居る。



### 「クルス・デ・マジョ」

5月の最終週に各地区で行われるお祭り(町内会の盆踊りのようなもの)

これはお城のように大きな家の中の中庭での立食パーティーで、ギター・歌などの生伴奏付きでセビジャーナスを踊って楽しむ。セビージャは何かあると決まってセビジャーナスになる。



## お勧めフラメンコVTR



VTR

カルロス・サウラ監督

### 「フラメンコ」

フラメンコの概要がわかる

## お勧めアーティスト

サラ・バラス、ラ・ジェルバブエナ (今私が気に入っている女性の踊り手)

ホアキン・コルテス (ナオミ・キャンベルとのスキャンダルで有名だが、踊りは良い)

## お勧めコンサート

10月来日のスペイン国立バレエ団(1度は観たほうが良い)

## クラス近況

昼・夜リフレッシュフラメンコクラス、初心者クラス募集中!

## 和美のワンポイントエクササイズ

バランス感覚の強化 - 両足揃えて膝を伸ばしまっすぐに立ち、かかとの上げ下げ、片足で立ってかかとの上げ下げ10回。

お尻の穴を締めてまっすぐ立ち、肩甲骨を寄せて胸を前に出す。この姿勢で歩くだけでもうあなたはフラメンコの仲間入り間違い無し。