



# Double Dutch Spring Camp 2026



昨年復活したDouble Dutch Spring Campが  
2026/3/16～17に開催決定！！

「ダブルダッチコミュニティが更に好きになった」  
「卒業後も仲良くしたいと思える友達が全国に増えた」  
「講師陣とも仲良くなれた」  
「ダブルダッチを上手くなるコツがわかった」  
「春キャンのお陰で大会に勝てた」など、  
たくさんの嬉しい感想をいただきました！



世界で活躍するTOP講師と共に、技術伝授はもちろん  
のこと、ダブルダッチの真の楽しさを知れる大きな  
“キッカケ”になります！

全国から集まる仲間と団体の枠を越えて、  
ダブルダッチシーンが1つになる為の核イベント！  
春キャンにくることであなはダブルダッチ界の  
“中心メンバーの仲間入り”だ！！

皆様のご参加を心よりお待ちしております！

## キャンプ 概要

- 日程 2025年 3月16日（月）～ 2025年 3月17日（火）
- 宿泊先 国立オリンピック記念青少年総合センター  
（〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1）
- 参加料金 JJRU有料会員 16,000円 JJRU無料会員・非会員 18,000円  
※現地集合、現地解散となります。
- 参加対象 高校生以上のダブルダッチ愛好者【50名】
- 募集期間 1/31（土）11:00 ～ 3/6（金）23:59
- 主催 日本学生ダブルダッチ連盟（JSDDL）

# 講師紹介&スケジュール

## 講師紹介



KASUYA  
FLY DIGGERZ



Uryna  
NEWTRAD



TO-MA  
FLY DIGGERZ



K-SK  
FLY DIGGERZ



KOKORO  
HARIBOW



KO-SEI  
HARIBOW

## スケジュール

### DOUBLE DUTCH SPRING CAMP 2026 LESSON SCHEDULE

3/16 (Mon)				3/17 (Tue)			
13:00	SPRING CAMP 2026 START!! 集合・講師紹介・レクリエーション			7:30	朝食		
				8:30	ウォーミングアップ		
13:30	LESSON①(実技1クラス選択)			8:45	LESSON④(実技1クラス選択) ※DAY2は3グループに分け、【講義】は必須受講となります。		
14:15	 for JUMP ROPE	 Don't Copy. Make It Yours	 Wave & Catch ~流れと観みで支配するソロ~	 揃えるな、選ざれ	 ROPE MOVEMENT LAB	 揃はなげダブルダッチをするのか？ →ダブルダッチは正しいのね！ 【講義】	
	LESSON②(実技1クラス選択)				LESSON⑤(実技1クラス選択 or 講義)		
14:30	 for JUMP ROPE	 Don't Copy. Make It Yours	 Wave & Catch ~流れと観みで支配するソロ~	 揃えるな、選ざれ	 ROPE MOVEMENT LAB	 揃はなげダブルダッチをするのか？ →ダブルダッチは正しいのね！ 【講義】	
15:15	LESSON③(実技1クラス選択)				LESSON⑥(実技1クラス選択 or 講義)		
15:30	 for JUMP ROPE	 Don't Copy. Make It Yours	 Wave & Catch ~流れと観みで支配するソロ~	 揃えるな、選ざれ	 ROPE MOVEMENT LAB	 揃はなげダブルダッチをするのか？ →ダブルダッチは正しいのね！ 【講義】	
16:15	アイスブレイク				まとめ(全レッスン終了)		
17:00	宿泊棟チェックイン、自由時間			12:30	昼食		
18:00	チーム対抗ウマ飯対決 & 春キャン親睦会 						
21:00	フリータイム						
24:00	消灯			13:30	SPRING CAMP 2026 FINISH!!		

# スケジュール

## DAY 1

### DOUBLE DUTCH SPRING CAMP 2026 DAY 1 LESSON



KASUYA  
FLY DIGGERZ



TO-MA  
FLY DIGGERZ

#### 【for JUMP ROPE】

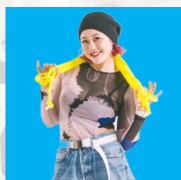
ダンスも、ステップも、アクロバットも、あなたのスタイルはそのまま。  
自問を持ってカッコよく跳ぶために、動きを安定させて、表現を助けてくれる  
ジャンプロープの“下支え”を作ろう！

3/16 (Mon) - 3/17 (Tue)

国立オリンピック記念青少年総合センター



### DOUBLE DUTCH SPRING CAMP 2026 DAY 1 LESSON



Uryna  
NEWTRAD



K-SK  
FLY DIGGERZ

#### 【Don't Copy. Make It Yours】

振付は借りる。表現は、自分のものにする。  
同じフリを繰り返しながら、“その人にしかない雰囲気”が  
どこから生まれるのかを体感します。

3/16 (Mon) - 3/17 (Tue)

国立オリンピック記念青少年総合センター



### DOUBLE DUTCH SPRING CAMP 2026 DAY 1 LESSON



KOKORO  
HARIBOW



KO-SEI  
HARIBOW

#### 【Wave & Catch】

##### - 流れと掴みで支配するソロ -

パフォーマンスに最も大切な要素“ソロパート”  
見る人の心を掴むため、どんなプロセスで何を考えて作れば良いのか  
流れの中で動作を作り、掴みで動作を回収する。  
私たちが培ってきたソロの知識を余すことなく教えます！

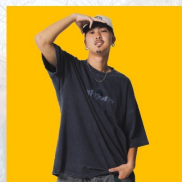
3/16 (Mon) - 3/17 (Tue)

国立オリンピック記念青少年総合センター

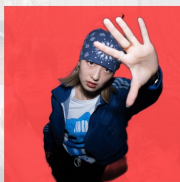


## DAY 2

### DOUBLE DUTCH SPRING CAMP 2026 DAY 2 LESSON



K-SK  
FLY DIGGERZ



KOKORO  
HARIBOW

#### 【揃えるな、混ぜれ！】

動きを揃える前に、まず相手を感じるところから。  
4エイトのフリを通して、個性を消さずに混ぜる方法、  
2人から出せる空気感を引き出します。

3/16 (Mon) - 3/17 (Tue)

国立オリンピック記念青少年総合センター



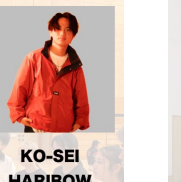
### DOUBLE DUTCH SPRING CAMP 2026 DAY 2 LESSON



KASUYA  
FLY DIGGERZ



TO-MA  
FLY DIGGERZ



KO-SEI  
HARIBOW

#### 【ROPE MOVEMENT LAB】

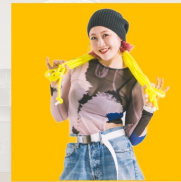
回すだけのロープから、動きを生むロープへ。  
ダブルダッチチームとロープの関係を一層に考え  
（表現・スキル・構成力）を一段階引き上げます！

3/16 (Mon) - 3/17 (Tue)

国立オリンピック記念青少年総合センター



### DOUBLE DUTCH SPRING CAMP 2026 DAY 2 LESSON



Uryna  
NEWTRAD

#### 【君はなぜダブルダッチをするのか？】

##### ～パフォーマンスは想いの結晶～

（パフォーマンス＝ 想い × 技術）想いがなければ、  
動きはただの技術の羅列になる。  
その想いを紐解き、どう技術と融合させるかを講義と  
ワークで考えてみよう！

3/16 (Mon) - 3/17 (Tue)

国立オリンピック記念青少年総合センター



トッププレイヤーによる充実したカリキュラムを展開！



# SPRING CAMPとは

## ■ 交流

**ダブルダッチ業界の“核”となる交流の場**

高校生～大学生の参加者同士や、講師との繋がりをつくり、  
これからのダブルダッチライフをより充実させることができる！

## ■ スキルアップ

**急成長の”キッカケ・コツ“を学べる**

プロパフォーマー直伝のスキルアップに特化したLESSONで、  
次の大会に向けた自分たちに必要な要素を得よう！

## ■ マインドアップ

**”世界を知る”プロパフォーマーたちの様々な極意を伝授！**

大会に向けた取り組み方、チームの方向性など、日々みんなが抱える  
悩みごとを経験豊富な講師陣のアドバイスでマインドアップしよう！



## SPRING CAMP 2025

昨年は5年ぶりに復活となった”春キャン“

昨年は世代や国を超えた交流が生まれました！今年はどんなドラマが  
待っているのか！盛り上がること間違いなし！



## よくあるご質問

### Q1:個人でも参加できますか？

A: もちろん問題ございません。個人での参加也大歓迎です！

### Q2:初心者でも参加できますか？

A: キャンプへ初めての参加者と、過去に参加したことがある参加者とレッスンメニューを分けたり、有意義なお時間を過ごして頂けるようレッスンを組み込みます。

### Q3: 食事はどのような内容ですか？

A: 青少年総合センター内の食堂にて召しあがります。  
夕食は【カレー（予定）】朝食は【ビュッフェ形式】となります。  
アレルギーがある方は、キャンプ申し込みの際にアレルギーの  
解答欄にご記入をお願いいたします。  
メニューに含まれている場合、別メニューに変更等対応いたします。

### Q4:ダブルダッチ以外に楽しめるコンテンツはありますか？

A: もちろんございます！

- ・全国各地からキャンプに参加されているので、短い期間ですが共同生活する皆さんがすぐ打ち解けれるようなレクリエーション。
- ・共に汗を流した参加者、講師達との親睦会。



全国から集まる”仲間”と最高の思い出を作ろう！



# CAMPの思い出





# お申し込み方法

下記、お申し込みフォームをご利用いただき、お申し込みいただきますようお願いいたします。  
簡易的なフォームとなっておりますので、5分ほどで完了します。

## ■ 参加お申し込みフォームURL

<https://forms.gle/UR3eo1FyjT3ctBRu6>



## ■ 申込受付期間

1/31(土) 11:00 - 3/6(金) 23:59

## ■ 注意事項

参加お申し込みQRコード

- ・全て**個人受付**となります。
- ・申し込み受け付けは先着順になります。
- ・お支払いは“銀行振込”となります。
- ・申込完了後、お振込に関するご連絡をいたします。
- ・不明な点やご質問がある際は、メールにてお問合せいただきますようお願いいたします。  
(アドレス: jsddl@jjru.sport)

## その他と注意事項



## ■ 持ち物

ロープ、マイナンバーカード(コピー可)、体育館シューズ、練習着、着替え、  
バスタオル、アメニティー、常備薬、音が流せるもの(任意)、その他各自必要なもの

- ①宿舎にコインランドリーがございます。洗剤は各自ご持参ください。
- ②コンビニエンスストアは宿泊棟内にございますが、19:00閉店となります。

## ■ キャンセルに関して

一度お申込みいただき、その後にキャンセルする場合、キャンセル料が発生致しますので  
お申し込みの際はご注意ください。

- ・振り込み完了後から宿泊1週間前までは参加費の10%をお支払いいただきます。
- ・宿泊日の7日前から4日前までは参加費の30%をお支払いいただきます。
- ・宿泊日の3日前から2日前は参加費の50%をお支払いいただきます。
- ・宿泊日の前日は参加費の80%をお支払いいただきます。
- ・宿泊日当日、並びに未連絡の場合は参加費の100%をお支払いいただきます。



日本学生ダブルダッチ連盟

TEL : 03-6805-3566 / FAX:03-6805-3567

E-mail : jsddl@jjru.sport

ADDRESS: 東京都世田谷区池尻 2-33-15-205