

BALLET ITEMS CHECKLIST

発表会に向けて準備しておきたいアイテム

Chacott



レッスンやリハーサルのために用意しておきましょう

☑ 準備できたものにチェックを入れていきましょう

シューズ関連

☐ バレエシューズ

足先が美しく見えるように正しいサイズのバレエシューズを選びましょう。

☐ トゥシューズ

発表会前は潰れることも多くなるので、2足以上準備しておくのがおすすめです。

☐ シューズグッズ

練習量が増える発表会前は、トゥシューズのケアもより一層必要に。足先のトラブルに対処するためのケアグッズなどの用意も忘れないようにしましょう。



ウェア関連

☐ タイツ

本番の予備として2~3本準備をしましょう。

☐ ボディファンデーション

衣装を着る際、汗をしみこませないために着用します。

☐ ショーツ

タイツの下に着用するアンダーショーツです。

☐ ステージショーツ

タイツの上から着用するショーツで、ロマンティックチュチュやチュニックなど、ショーツが付いていない衣装を着用する際に使用します。



お悩み①「マメやタコができて辛い…」

・テーピング類 … コットンタイプ、ジェル状のタイプなどがあり、あらかじめ足指にテーピングをすることで皮膚にかかる摩擦を軽減します。



お悩み②「トゥシューズのつぶれる頻度が高くなった…」

・トゥシューズハードナー … 強度を保ち、長持ちさせるために使います。
・ドライキーパー … 湿気や、気になるにおいを抑えてくれます。



MEMO お教室によって指定がある場合があるので、事前にお教室の先生に確認しましょう。

「いざというときに…」 持っておくと安心なアイテム

- ☐ 鏡 … 楽屋に鏡がない場合も
- ☐ ハンガー … 衣装や洋服をかけておくのに便利
- ☐ お着替えボンチョ
- ☐ ティッシュ・綿棒
- ☐ ゴミ袋
- ☐ レジャーシート
- ☐ タオル
- ☐ ストロー

MEMO お教室指定で必要なものや、持っておきたいものを記入しておきましょう。

発表会の一連の流れについてはこちらから



店舗情報



チャコット
オンラインショップ



楽屋、舞台裏用に用意しておきましょう

ウェア関連

- ウォームアップウェア
ウォームアップ、楽屋待機中、メイク中などに着用します。
- ジップアップワンピース
キッズにおすすめ。前開きのためシニヨンやメイクを崩すことなく過ごせます。
- レッグウォーマー
本番前の防寒対策、タイツの汚れ防止に。



シューズ関連

- オーバーシューズ
ソックスタイプや、ブーツタイプなど。本番用シューズの汚れ防止や、保温目的も。
- ソーイングセット
トゥシューズのリボンを縫い付けたり、衣装のムシがきれてしまったときの応急処置などに。
- リボンストッパー
トゥシューズのリボンの結び目に巻きつけることで、ほつれを防ぎます。



その他

- 衣装バッグ
衣装の着数や、サイズによって大きさを選びましょう。
- 巾着
複数のシューズや、かさばるウェアをひとまとめにするための大きめの巾着やケースがあると便利です。



「あったら便利！」プラスαアイテム

- ダンスバンド
狭く限られたスペースでも、効果的にストレッチ、筋肉トレーニングができます。
- マッサージグッズ
本番前には筋肉をやわらかくほぐすことも大切。パフォーマンス力向上に繋がります。
- ストレッチマット
舞台裏や楽屋は冷え込んでいることも。冷えによるケガを防ぐ身体を温めるアイテムです。
- 松やにスプレー
床の滑りだけでなく、シューズの脱げ防止にも活躍するアイテムです。



舞台上でより美しく見えるメイク、シニヨンができるよう前もって練習しておきましょう

「舞台上での表情を引き立たせる」メイクアイテム

- | | | |
|--------------|---|--|
| プレベース
メイク | <input type="checkbox"/> クレンジングウォーター
<input type="checkbox"/> クレンジングシート
<input type="checkbox"/> スムースコットン
<input type="checkbox"/> ラスティングベース | |
| ベース
メイク | <input type="checkbox"/> スティックファンデーション
<input type="checkbox"/> カットिंगスポンジ
<input type="checkbox"/> フィニッシングパウダー
<input type="checkbox"/> パウダーパフ
<input type="checkbox"/> パウダーブラシ | |
| アイブロー | <input type="checkbox"/> ブラッシュアップアイブロー
<input type="checkbox"/> マルチカラーバリエーション
<input type="checkbox"/> アイブローブラシ | |
| カラー
メイク | <input type="checkbox"/> マルチカラーバリエーション
・ハイライト ・ノーズ ・アイシャドウ
・シェーディング ・チーク ・リップ
<input type="checkbox"/> ジェルライナー
<input type="checkbox"/> パワーフィットアイライナー
<input type="checkbox"/> アイラッシュ (つけまつげ)
<input type="checkbox"/> アイラッシュフィックス (専用接着剤)
<input type="checkbox"/> アイシャドウブラシ (数本)
<input type="checkbox"/> チークブラシ
<input type="checkbox"/> リップブラシ | |
| ボディ | <input type="checkbox"/> リキッドファンデーション
<input type="checkbox"/> 海綿 | |

アイブロー・ハイライト・チークがまとまったマルチカラーバリエーション 6色パレットが便利です。

「頭を小さくきれいに見せる」シニヨンを作るお役立ちアイテム

- デンマンブラシ
- ヘアコーム
- ヘアゴム
- ストレッチヘアネット
- シニヨンネット
- Uピン、ヘアピン
- まとめ髪アレンジウォーター
- まとめ髪スティック
- EX ハードジェル
- EX ハードスプレー



MEMO お教室によって、ファンデーションやアイシャドウなどの色に指定がある場合があります。確認して書いておきましょう。

バレエシニヨンの作り方



チャコットのバレエメイク



チャコットでは、プライベートメイク&シニヨンレッスンを予約制にて開催しています。みなさまの知りたいポイントを中心に、きれいに魅せるためのテクニックをプロのアドバイザーがお伝えします。

