

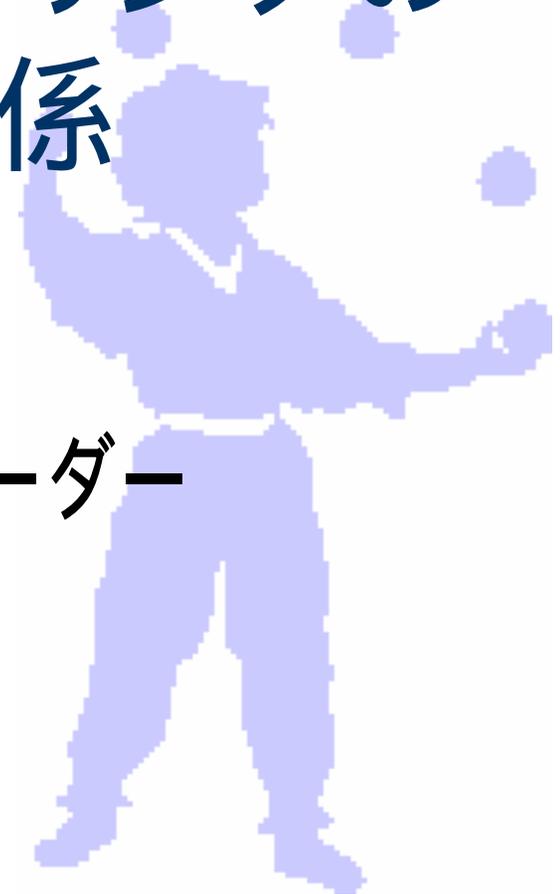
チーム「アジャグラー」7ヶ月目の報告:

アジャイルとジャグリングの 不思議な関係

アジャグラー 初代リーダー

和田 憲明

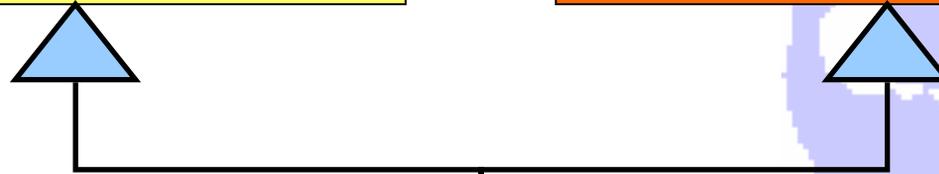
2005.06.29



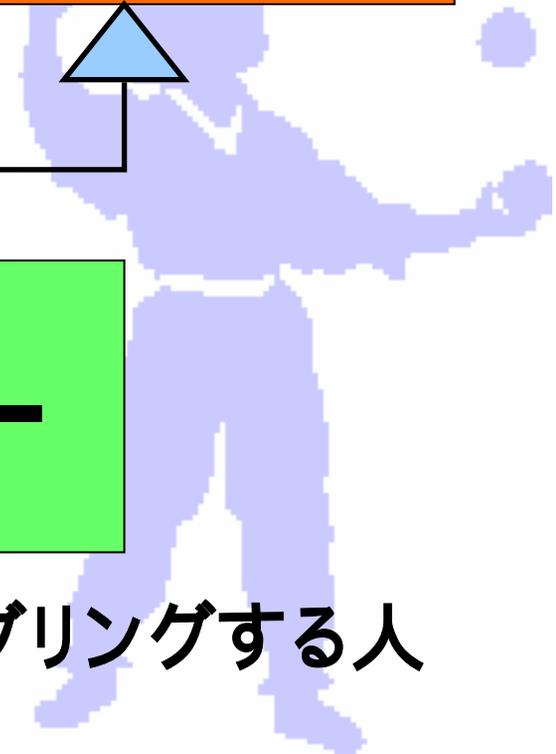
アジャグラーとは

アジャイル開発する人

ジャグリングする人



アジャイル開発する人で、ジャグリングする人



ジャグリングとの出会い

2004年

7月：インターネット上で入門サイトを多数発見し、惹かれる。

11月：XP - JUGユーザ会のライトニングトークス
発表にて余った時間でジャグリングを紹介。

後日、「始めました！」というメールをもらう。

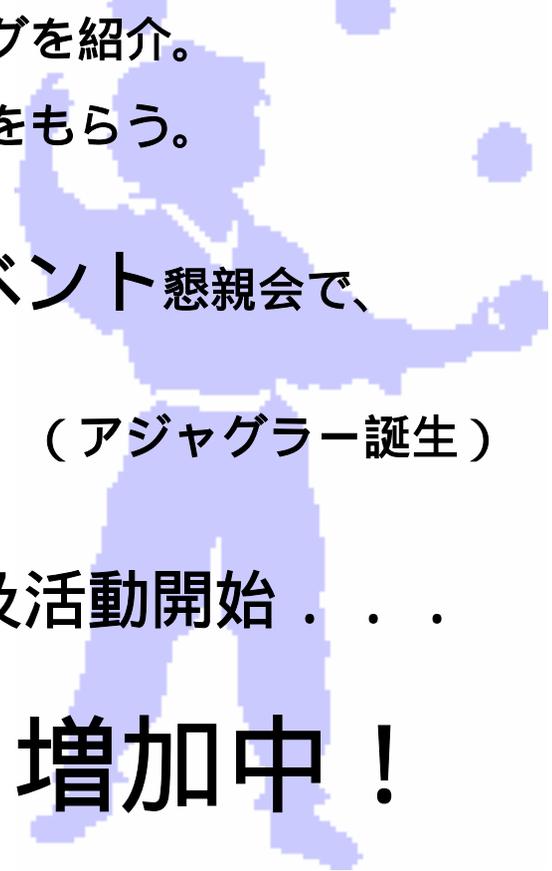
12月：オブジェクト倶楽部イベント懇親会で、
近くの方々に体験してもらった。

アジャイル関係の方々にすごく受けた。（アジャグラー誕生）

2005年

各アジャグラーが周辺に普及活動開始 . . .

アジャグラー人口増加中！



ジャグリングの特長

簡単で楽しい。そして奥が深い

健康的なスポーツ 5分で汗が出る

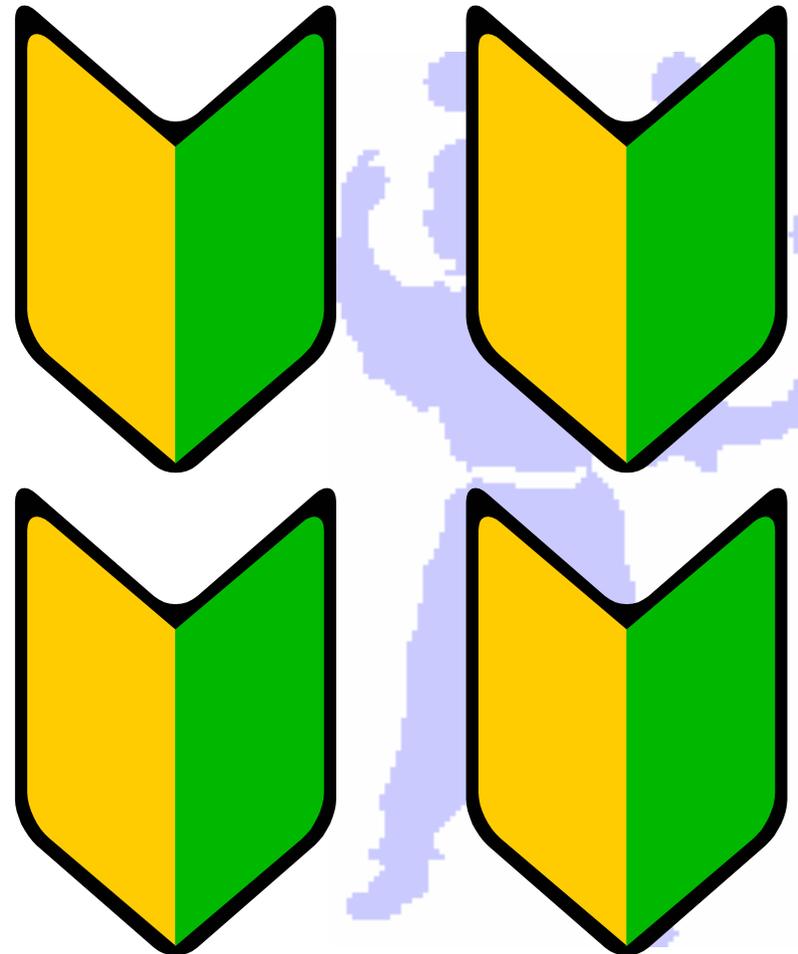
ランニングコスト・ゼロ どこでも練習できる

達成感。練習すればするほど上達する。

本当に簡単なの？

アジャグラーの方々に実演していただきますしょう！

1. 平鍋さん
2. 福井さん
3. 天野さん
4. 小島さん
5. 林さん
6. 和田



ジャグリングの道具



ボール



リング



クラブ

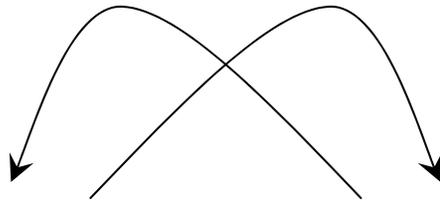
ボールジャグリングがお勧め

- ・携帯しやすい
- ・落としても大きな音がしない
- ・道具が安い
- ・小スペースで練習できる

道具(プロ用)	値段(1個)
ボール	840円
リング	840円
クラブ	4,410円

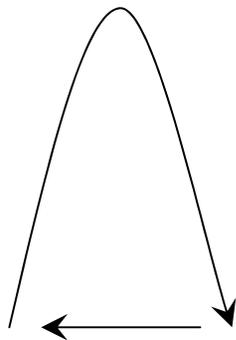
3ボールジャグリングの技

数多くの技がある。



【カスケード】（一番基本的な技）

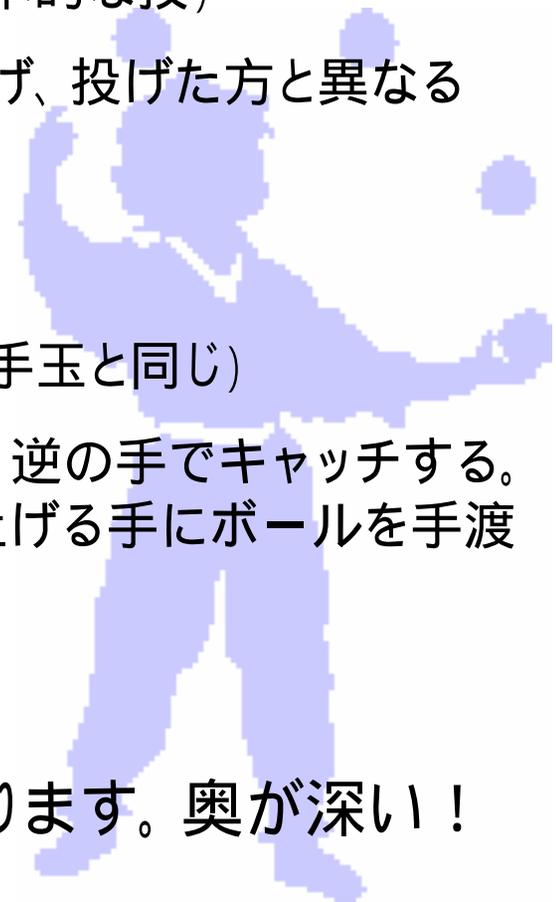
両手から交互に投げ上げ、投げた方と異なる手でキャッチする。



【シャワー】（日本のお手玉と同じ）

決まった手で投げ上げ、逆の手でキャッチする。キャッチした手は投げ上げる手にボールを手渡す。

ボール3つの技だけで50種類以上あります。奥が深い！

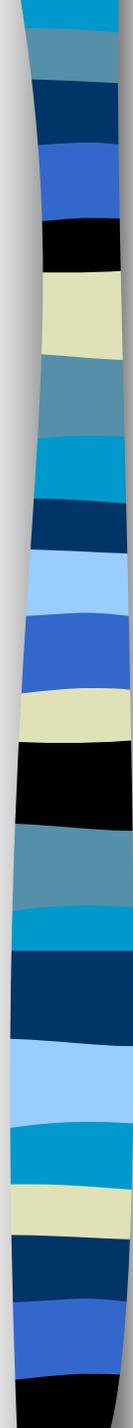
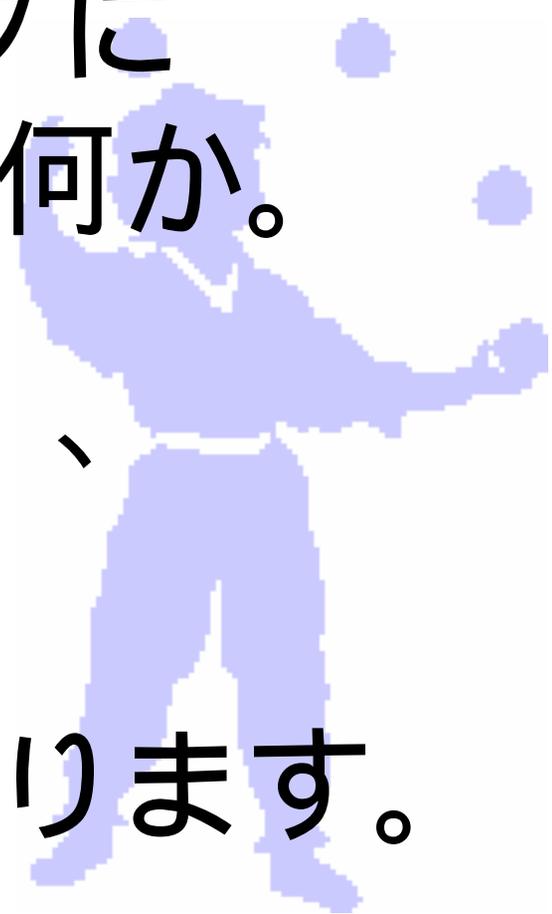


なぜ人口増加中なのか

アジャイル開発者が
ジャグリングに
惹かれる理由は何か。

それは、、、

やってみると分かります。



終わりに

みなさま、ジャグリングを
始めてみませんか？

興味のある方には、ナランハの
「インストラクションカード」
を差し上げます。

ジャグリンググッズショップ「ナランハ」(通販あり)

<http://www.naranja.co.jp/>

東急ハンズにも「ナランハ」のボールがあります。