



 國 | 藝 | 會 National Culture  
and Arts Foundation

# 國藝會第八屆(2020年)「海外藝遊專案」

## 海外馬戲進修計劃首部曲-巴賽隆納高空大繩



「Step by Step, Little by Little.」

在現代快速的社會，人人都講究速成，但高空馬戲藝術擁有自己獨特的時間流，一點一滴的積累成一項充滿生命能量的藝術。

講 師：胡嘉豪-臺灣高空馬戲藝術家



Thankful

# 特別感謝

---



國 | 藝 | 會

**National Culture  
and Arts Foundation**



# 講者簡介

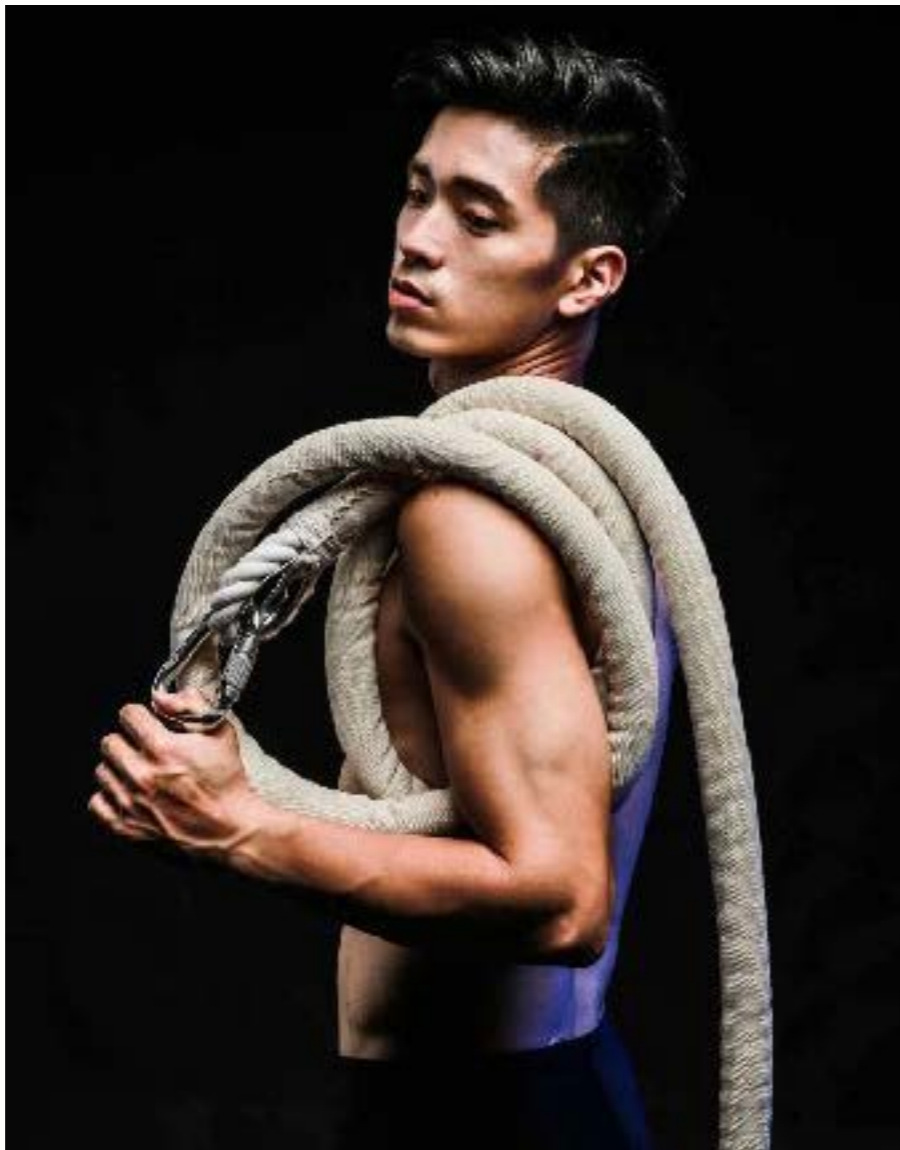




Ambrose

# 胡嘉豪

臺灣高空馬戲藝術家，致力於推廣高空馬戲、空中運動



## 教育程度

碩士：台北市立大學 - 競技運動訓練研究所 2015-2017

## 專業證照

中華國術國際聯盟協會 武術三段

中華國武術縣市C級教練

教育部學校專任運動 教練證(國武術)初級專任運動教練

TRAA 臺灣繩索技術協會 一級證照

Om factory 高階空中瑜珈師資證

台灣樹藝暨攀樹運動發展協會-丙級攀樹教練證照

## 曾任職

FOCA福爾摩沙馬戲團

新北市立清水高級中學兼任教師

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Social Media

# 媒體相關經歷

能被看見都是一種幸運



## 電台

世新電台 AM729 《異遊未盡 Let's Go Travel》

台中廣播電台 100.7 台灣封神榜

銘傳之聲 《深夜食堂》

中央廣播電台 《水噹噹流行網》

中央廣播電台 《生活五四三》

## 電視

明華園歌仔戲 菩提禪心之木槍刺足 - 爭相逃生

克麗絲叮 竹林中MV拍攝

康熙來了 -特別來賓

大學生了沒 寵物帥哥

welcome寵星人專訪

北美國際點是節目-今夜有話要說

國家兩廳院30週年影片首播

幕後有藝思EP18：走進circus的奇幻旅程

KeithLink 大城市小故事 - 第一季

超級巨星紅白藝能大賞-台視-Ella陳嘉樺

民視 綜藝大集合高空馬戲特別來賓

## 報紙

自由時報 強心臟 高空職人專訪

聚焦兩廳院專欄

202011、12月高雄衛武營節目指南手冊

榕樹下的馬戲森林 《與你相愛》

自由時報-文化·藝術 「艋舺國際舞蹈節」

## 代言、廣告

水利署 - 推廣廣告

2017世界大學運動會 廣告宣傳片

(光州世大運閉幕影片)

希望基金會神經內分泌腫瘤宣導影片

Frontier Sportswear 品牌拍攝

GLADE運動服飾品牌代言

MANIYA運動服飾品牌大使

HYDY保溫水壺品牌代言

2021 金車奧利多新品廣告

Easyoga瑜珈服飾品牌合作

Lululemon瑜珈服飾品牌合作

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪



Performance

# 展演相關經歷

與世界溝通、連結的其中幾種方式

- 僑委會東南亞春節訪問團巡迴演出-FOCA 《躍動台灣》
- 蘇慧倫30週年演唱會 《生命之花》
- 臺北時裝週 RE:CONNEXT 去 \_ 你的時尚-開幕演出
- FOCA福爾摩沙馬戲團年度製作 《苔痕》 - 雲門劇場
- 橋頭糖廠藝術村 - 藝術家駐員成果展 《慢森-武術水晶球》
- 2020 FACP亞洲文化推展聯盟高雄線上年會 - DJ問號 《上台之前》 - 衛武營
- 【2020衛武營馬戲平台】 FOCA福爾摩沙馬戲團 《苔痕》
- 【2020衛武營馬戲平台】 胡嘉豪-高空網吊 《與你相愛》
- 高雄「跨百光年」-Ella陳嘉樺跨年演唱會
- 超級巨星紅白藝能大賞 - Ella 陳嘉樺
- 《媽祖之光-電視演唱會》 - Ella 陳嘉樺
- 艋舺國際舞蹈節 - 胡嘉豪-高空網吊 《與你相愛》
- 《屏東黑鮪魚文化觀光季》 海洋音樂會 - Ella 陳嘉樺
- 太平洋左岸藝術節-玉里藝起來- 胡嘉豪-高空網吊 《與你相愛》
- 臺南街頭藝術節 - 胡嘉豪-高空網吊 《航向美好時代》
- 高雄燈會城市街頭馬戲演出-高空馬戲網吊-慟
- 馬祖國際藝術島-駐地創作-高空馬戲繩網 《選擇，》
- 草草戲劇節 - 高空馬戲網吊-風起之前



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪



Origin

# 起源

最理解現實的夢想實踐者

從以前的小小夢想就是環遊世界，在人生目前的歷程中，原本想用武術比賽來帶我去世界各地，後來發現比賽有太多不是努力就可以的事情。轉換到馬戲時，發現有更多的可能性。

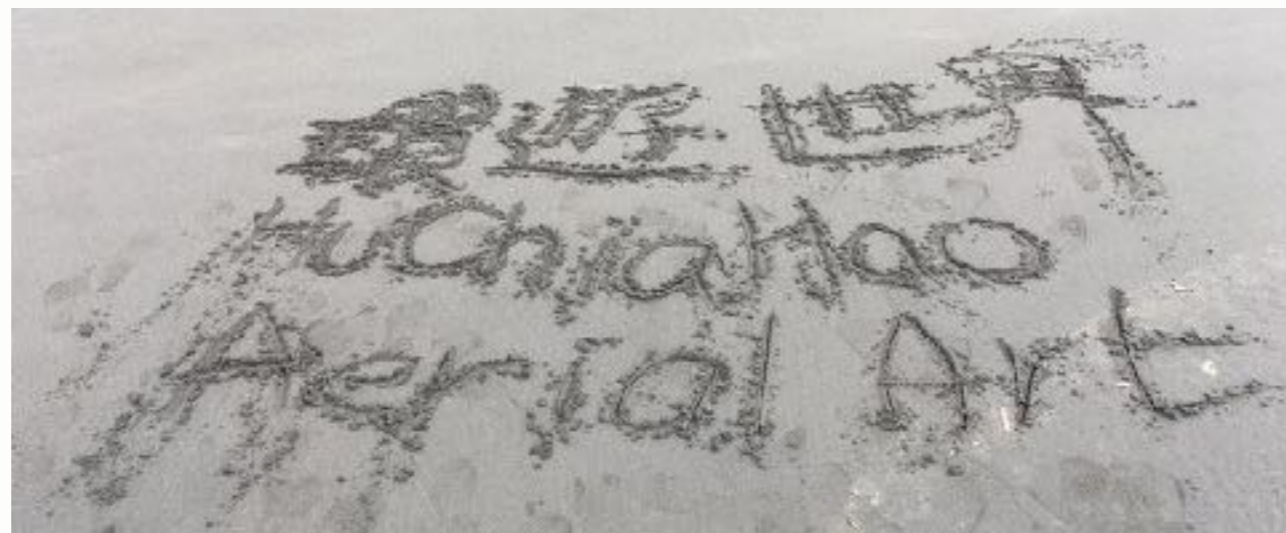
2014 接觸高空馬戲

2015 澳洲墨爾本體驗馬戲學校課程

2017 美國紐約習得各式高空馬戲

2020 準備到巴賽隆納上課卻不料疫情

2022 巴賽隆納實際執行



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Aerial Circus

# 高空馬戲

驚險、刺激、遊走在死亡邊緣的藝術

「至死地，而後生。」

在早期的馬戲團，透過遊牧的狀態來討生活，開著卡車或是坐著火車到各地去做巡迴的演出。馬戲藝術外顯的高超技術，總是吸引著人們，看著馬戲表演者高超技術的同時，觀眾也會不由自主地將自己投射在馬戲表演者身上。透過觀看馬戲表演，便可跳脫一成不變的日常生活，為生活帶來新的刺激。

「高空馬戲」在馬戲藝術中是相當具有特色的一部分，自古以來人們就想要追求像鳥兒一般的自由，所以發展出非常多不同類型的高空表演，試圖對抗地心引力、展現人類脫離地面的可能性。高空馬戲也是遊走在「死亡」邊緣的藝術，我也想趁著現在疫情稍微趨緩的狀態，挑戰一下自己、挑戰一下「死亡」。



2022 Barcelona - La Central Del Circ 繩子操作實景

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Preparation

# 準備期

「冒險」，是充滿不確定的恐懼；「探險」，是堅持有信心的發現



2014 接觸高空馬戲

2015 澳洲墨爾本接觸大繩

2017 美國紐約習得高空大繩

2018、2019 觀察世界狀態及鎖定教練

2019 搜集巴賽隆納資訊並提案

2020 3月第二階段面試（當時在紐約線上面試）

2022 巴賽隆納實際執行



Schedule

# 執行日程表

計劃趕不上變化，不過沒有計劃就容易手忙腳亂

一	二	三	四	五	六	日
	1 台灣出發	2 抵達巴塞隆那	3 馬戲道具店 畢卡索美術館 巴塞隆納城市歷史博物館 高空大繩課程	4 高空大繩課程	5 高空大繩課程	6 高空大繩課程
7 高空大繩課程 垂直舞蹈課程	8 自然歷史博物館 高空大繩課程 高空大繩課程	9 高空大繩課程 高空大繩課程 高空網吊課程	10 巴塞隆納當代美術館 巴塞隆納當代文化中心 高空大繩課程	11 高空大繩課程	12 高空馬戲鞦韆工作坊	13
14 高空大繩課程	15 高空大繩課程 高空大繩課程 桂爾宮	16 高空大繩課程 高空大繩課程 高空手帶課程	17 高空大繩課程 高空大繩課程 高空大繩課程	18 高空大繩課程 高空大繩課程 太陽劇團演出	19 米拉之家 Museo Egipcio de Barcelona 阿馬特耶之家 巴特略之家	20 米羅美術館
21 高空大繩課程 聖家堂	22 高空大繩課程 加泰隆尼亞考古博物館 加泰羅尼亞國家藝術博物館 高空大繩課程	23 高空大繩課程 高空大繩課程	24 高空大繩課程 高空大繩課程	25 高空網吊課程 高空大繩課程	26 高空馬戲吊床工作坊	27 達利戲劇博物館
28 Acrodance 高空大繩課程	29 高空大繩課程 馬戲學校參訪 高空大繩課程	30 高空大繩課程 高空大繩課程	31 高空大繩課程 高空大繩課程 高空大繩課程	4/1 高空大繩課程 出發返台	4/2 抵達台灣 防疫旅館	



# 進修目的

---

「目標」就像北極星，旅途迷失時就可以成為指引





Aerial Rope

# 高空大繩

「未知」，產生恐懼，直面恐懼開拓更多可能性

高空大繩，屬於開放式高空馬戲項目之一，使用人造纖維編織成的繩索做為高空道具，通常懸掛在固定點並且垂直於地面使用。操作者透過繩結的邏輯編排方式、擺盪及墜落技巧，展現高空馬戲的表演張力及身體能力。

由於在臺灣並沒有高空大繩的相關師資，所以想要學習就必須透過各式社群媒體，而我也運用在社群媒體上的觀察，認為在歐洲有幾位老師特別需要去拜訪，因此本次進修先選定我尚未去過的巴塞隆納。



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪

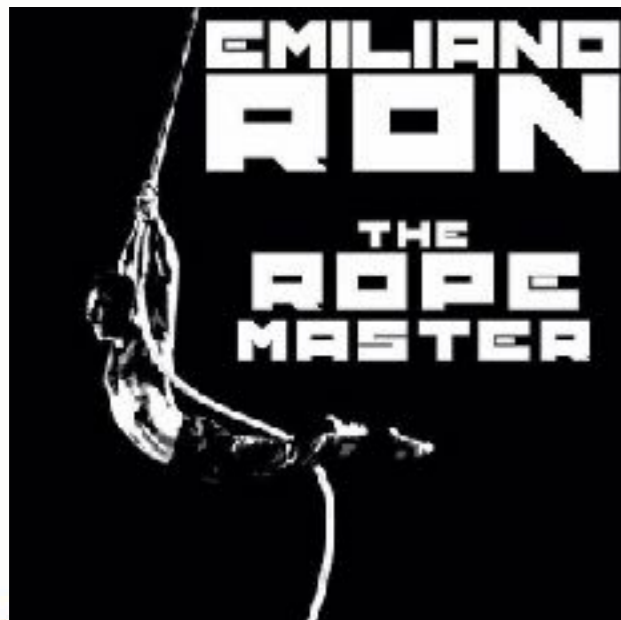


# Emiliano Ron

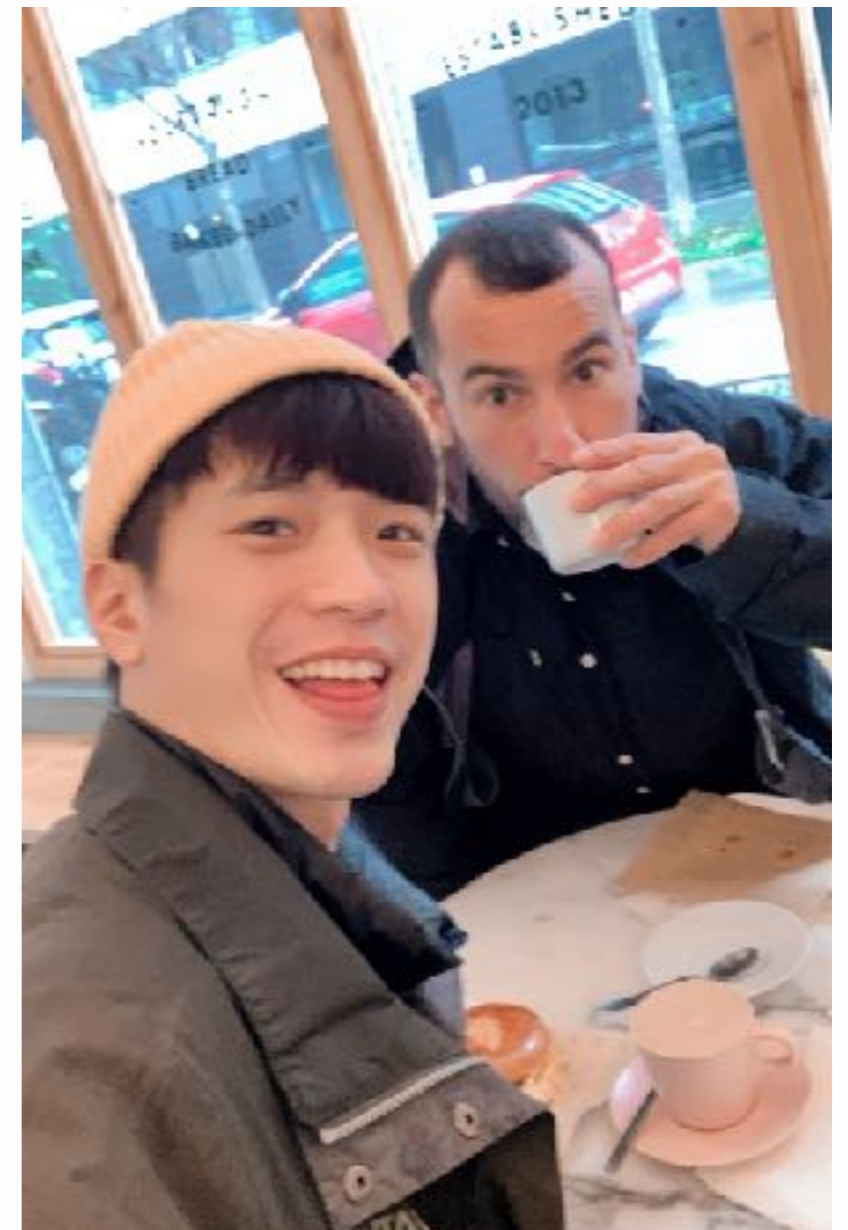
The Rope Master

主要學習對象：Emiliano Ron / The Rope Master

為巴賽隆納La Bonita，所有藝術學科的专业人士創作表演和培訓的空間的成員之一。教授高空大繩有十餘年。求學階段時專修電影、武術，也熱愛挑戰極限。後期時常舉辦“The Rope Master”工作坊，教授高空大繩的技術，其內容包含了高空大繩的安全相關知識、技巧訓練以及藝術創作，而且也連結不同國家的高空大繩表演者來做授課及分享。



Emiliano Ron - 西班牙



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# La Bonita

藝術家交流、學習的集會所



La Bonita 正門



La Bonita 地理位置





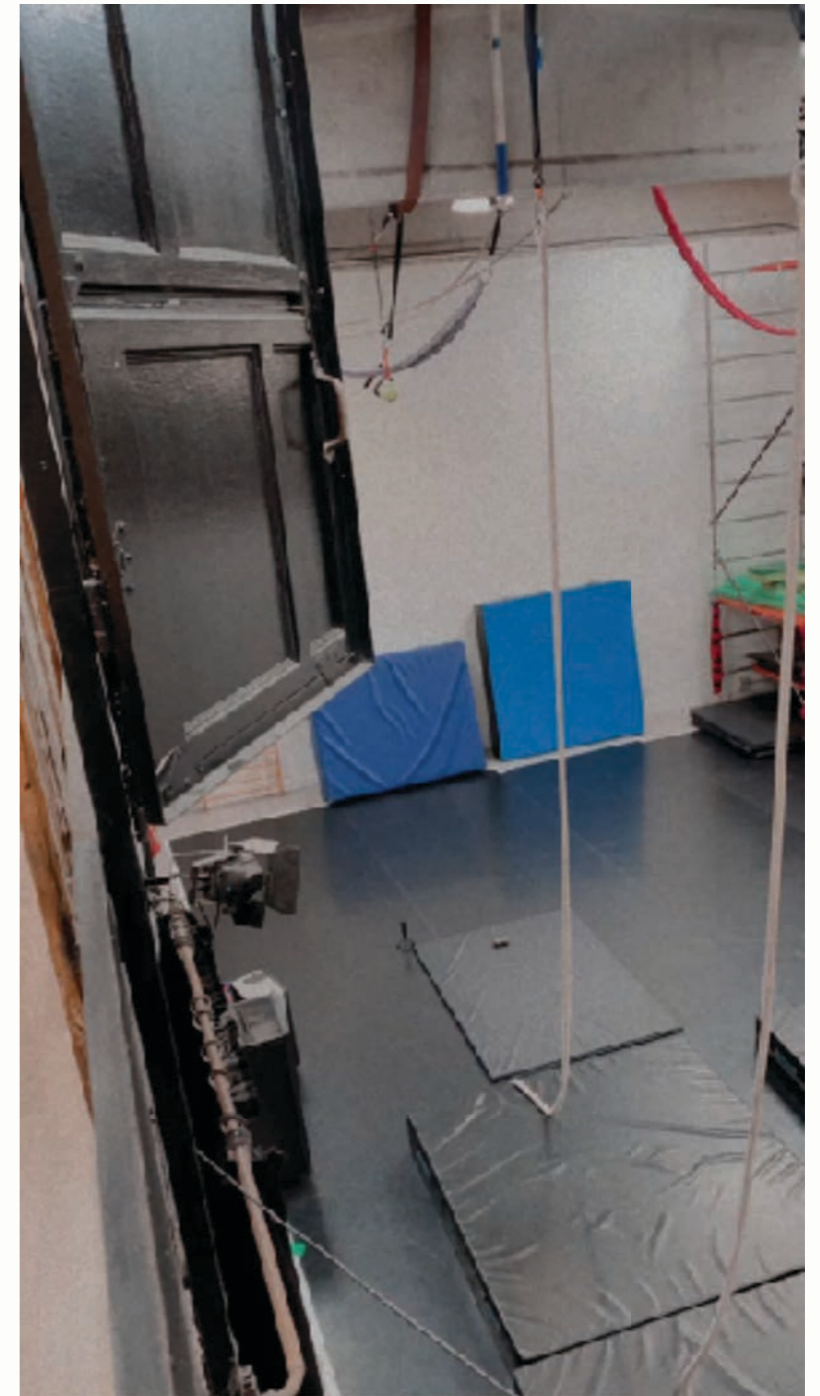
# La Bonita

「美」的聚會所，藝術家交流、學習

其主要空間為此，其他還有小間的練習室、辦公室、創作室、更衣室及浴室。

平時除了課程之外，還有許多藝術創作者的排練、研究會在這邊進行。在疫情來臨之前，這邊不定期的也會有小型展演發生。

就我觀察其官方網站和在這邊與人交流發現，基本上每個月都有一次工作坊，不同藝術類別的都會在這邊發生。提供了藝術家創作、發表的空間。



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# La Bonita

「美」的聚會所，藝術家交流、學習



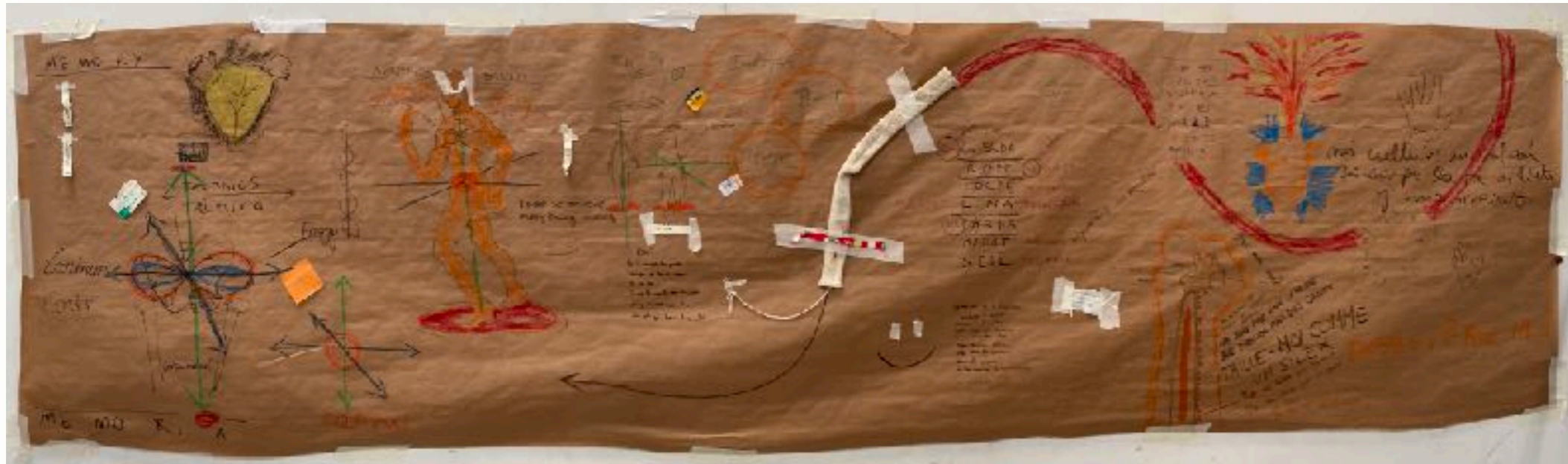
臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# La Bonita

「美」的聚會所，藝術家交流、學習



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Aerial Studio

# 空中教室

貼近民眾生活，使每個人都可以喚醒飛翔的能力



「不需要很厲害才開始，只要開始就有機會變得厲害！」

進入馬戲學校會有一定的門檻，例如年紀。馬戲學校以培養專業馬戲人才為出發點，孕育許多馬戲的藝術家，透過學習馬戲來作為表演藝術與人互動的媒介。然而不是每一個人都在很早的時候發現自己喜歡馬戲，所以就有很多貼近民眾的馬戲相關機構出現。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪



# Acrobatics School

這間 Acrobatics 的創辦人 Xevi、Eli，是雙人鋼管的好手，教室玄關等牆面，都可以看到他們獲獎無數的紀錄，同時這間教室也有皮拉提斯等身體調理的课程，我在這邊體驗綢吊課程。



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪

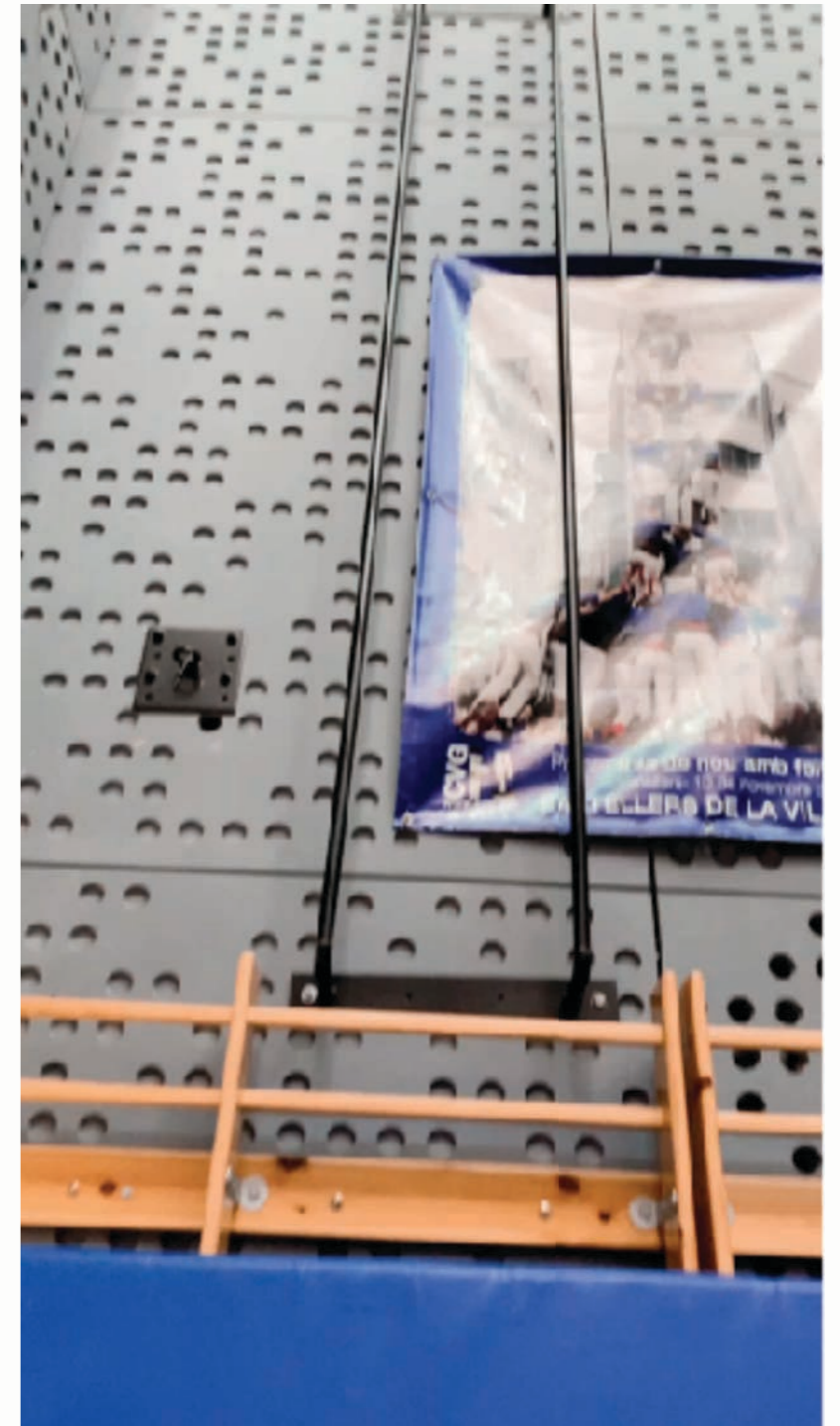




# Circ a Vila

這間 circ a vila 其實是一個人體城堡(疊羅漢)的練習場，在畫面中很高的網子，是用來保護最上層的人，這間教室的高度，目測應該有12-15米之間，而他們練習的人體城堡，就是那麼高！也就是因為空間較高的關係，加上天花板比較多東西，所以這邊的空中道具是掛在繩索上面，因此上課過程中，上下的彈性會比較大。

在這邊體驗的網吊課程。



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# La Volta

這間La Volta 位在倉庫區的其中之一，一推開門其實就是主要的教室空間了，有間單的廁所及更衣室，在此體驗手帶課程。

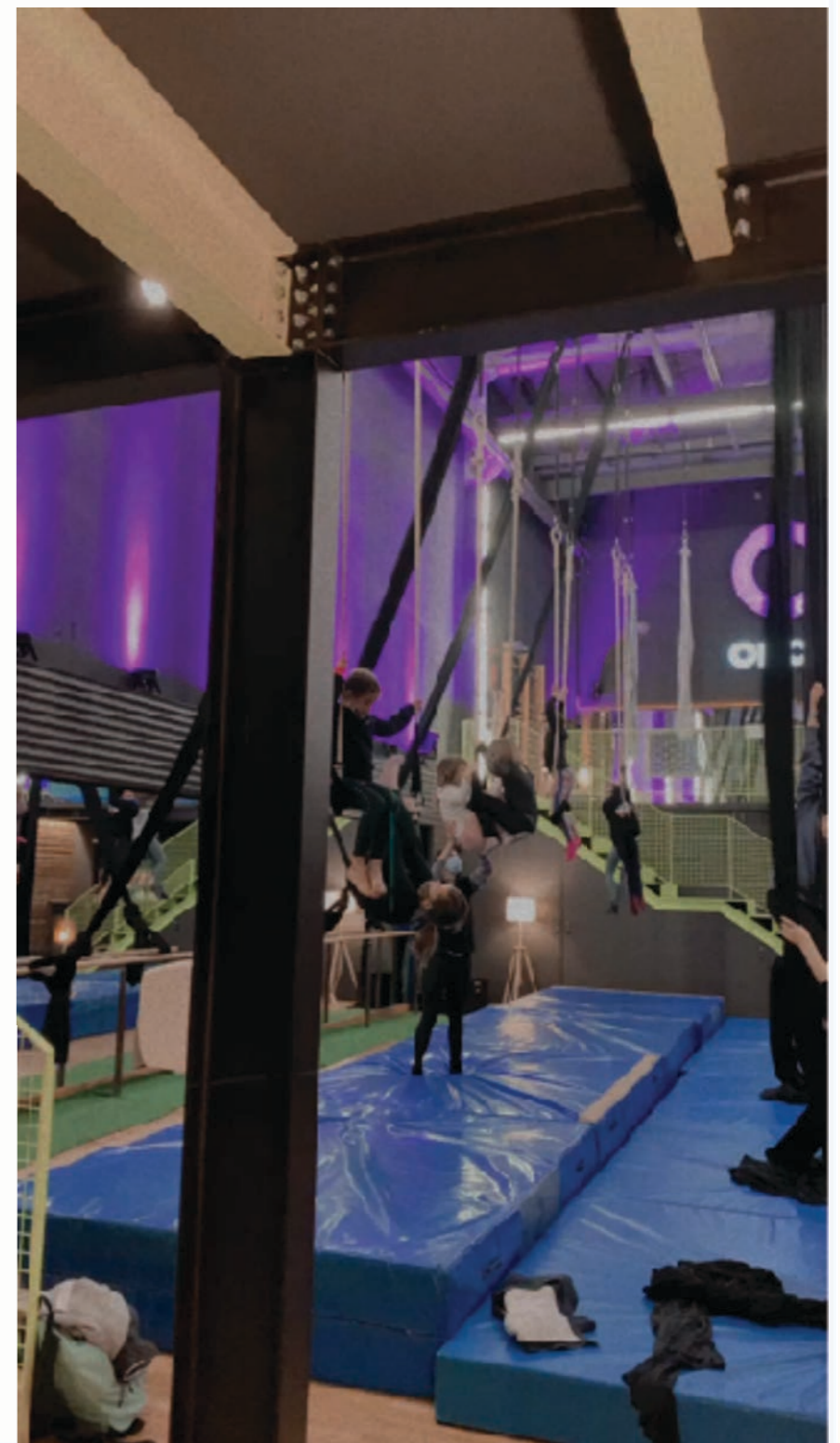


臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# On Air



這間On Air是唯一在假日會有課程的教室，我在這邊上了垂直舞蹈、高空鞦韆、高空吊床等課程，教室也非常的高而且大，課程內容也都蠻豐富的，也算是比較新穎的教室。



# Rogelio Rivel馬戲學校

---

從無到有的過程，專業表演者的培養所





Circus School

# Rogelio Rivel 馬戲學校

從無到有的過程，專業表演者的培養所



本次參訪的馬戲學校為巴賽隆納當地的Rogelio Rivel馬戲學校，這所學校位在靠山邊的民生社區裡，出地鐵站之後穿過住宅區就能抵達。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Circus School

# Rogelio Rivel 馬戲學校

從無到有的過程，專業表演者的培養所



帳篷式的馬戲學校，主要有三個學習場所，帳篷主教室、長型教室、小教室。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Circus School

# Rogelio Rivel 馬戲學校

從無到有的過程，專業表演者的培養所



帳篷主教室：所有課程都在這邊進行，這是翻修一個月之後的樣子。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Circus School

# Rogelio Rivel 馬戲學校

從無到有的過程，專業表演者的培養所



長型教室：主要是地面項目、翻滾練習的教室。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Circus School

# Rogelio Rivel 馬戲學校

從無到有的過程，專業表演者的培養所



接近正方形的小教室：主要給大鐵環上課的地方，同時可以進行創作的場所。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Circus School

# Rogelio Rivel 馬戲學校

從無到有的過程，專業表演者的培養所



馬戲學校學制，分為兩種，初等級別（兩年）、中高等級別（四年）。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# 公營專業馬戲練習場

---

完善且安全的練習空間



# La Central Del Circ

巴塞隆納當地馬戲練習中心



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# La Central Del Circ

巴塞隆納當地馬戲練習中心



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪



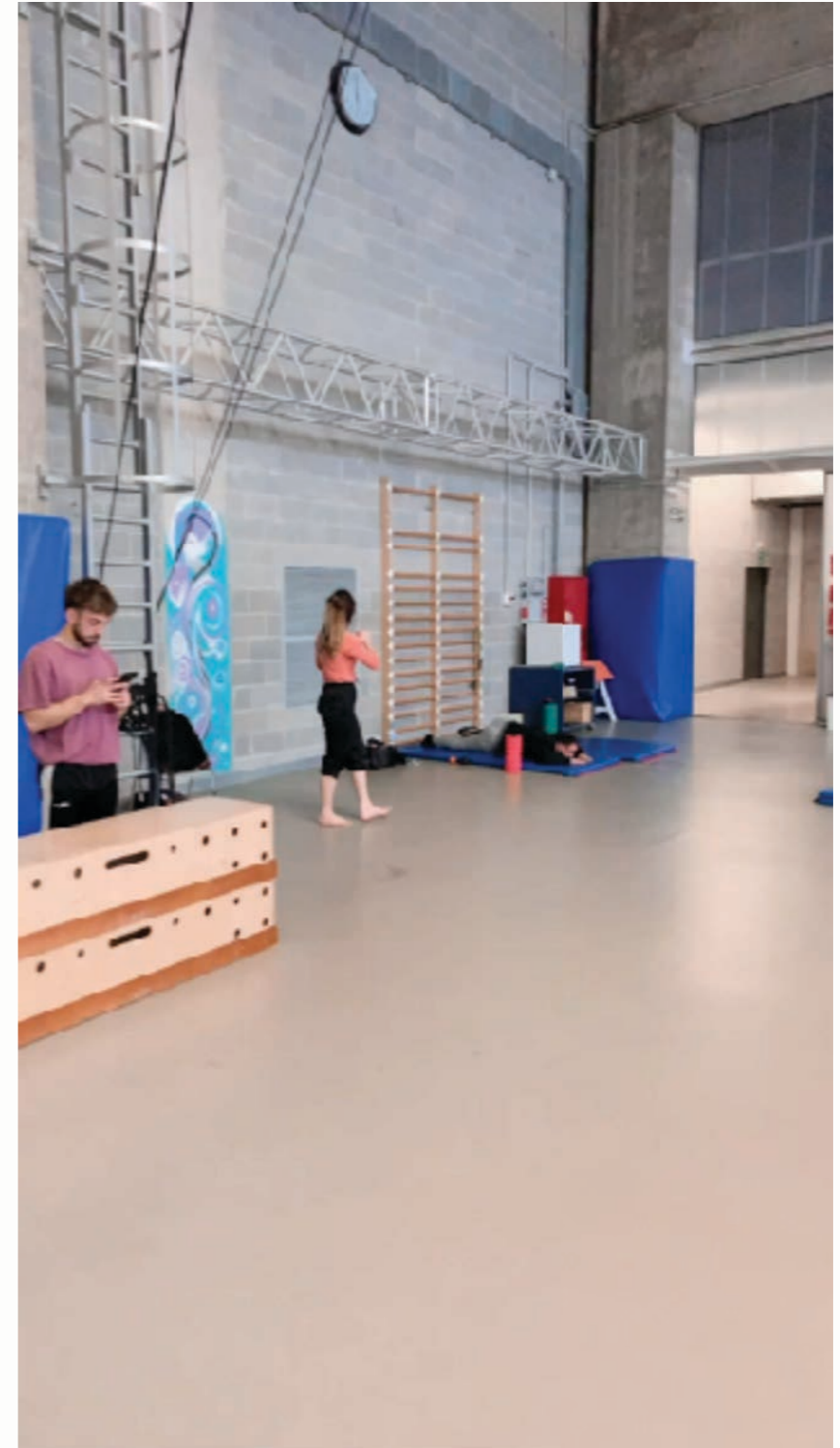


# La Central Del Circ

巴塞隆納當地馬戲練習中心



有門檻限制的馬戲練習場，使用者付費。



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪



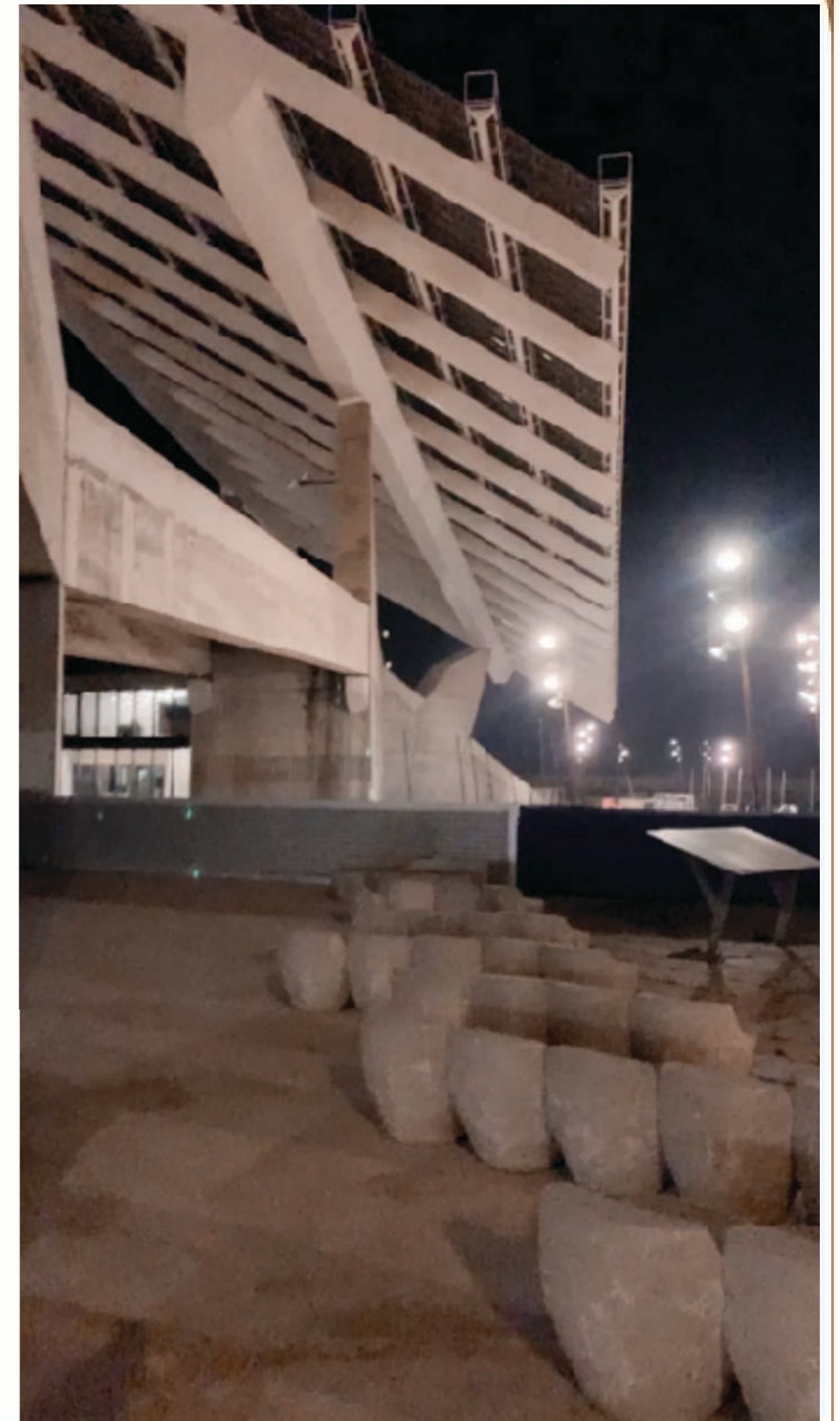


# La Central Del Circ

巴塞隆納當地馬戲練習中心



除了自主練習之外，不定期的展演、座談，不一定限制在馬戲。我在此觀賞了一場實驗性演出。







# Cirque du Soleil

世界級馬戲團隊，太陽劇團



進修旅途剛好碰上了太陽劇團的演出，這當然一定要看的呀！

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# Papallona Circus Art Shop

巴賽隆納唯一一間馬戲相關店家

位在市中心的一個小轉角處，店面不大，不過東西還算齊全，各式的雜耍道具、空中道具、馬戲相關小飾品等，同時也有馬戲相關的書籍與雜誌。

在此買了一些書籍，即便無法看懂，但是都成了一種閱讀的動力。



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪



# 各式博物館、美術館

---

「藝術」源自於「生活」

藝術家有點像是世界的翻譯人員，透過自己的觀點來觀看這個世界，並且將看到的事物，透過藝術的方式呈現出來，留下一些訊息，這也就是為什麼我們有時候會回頭看一下藝術家，發現他當時眼中看到的事多麼前衛的一件事。

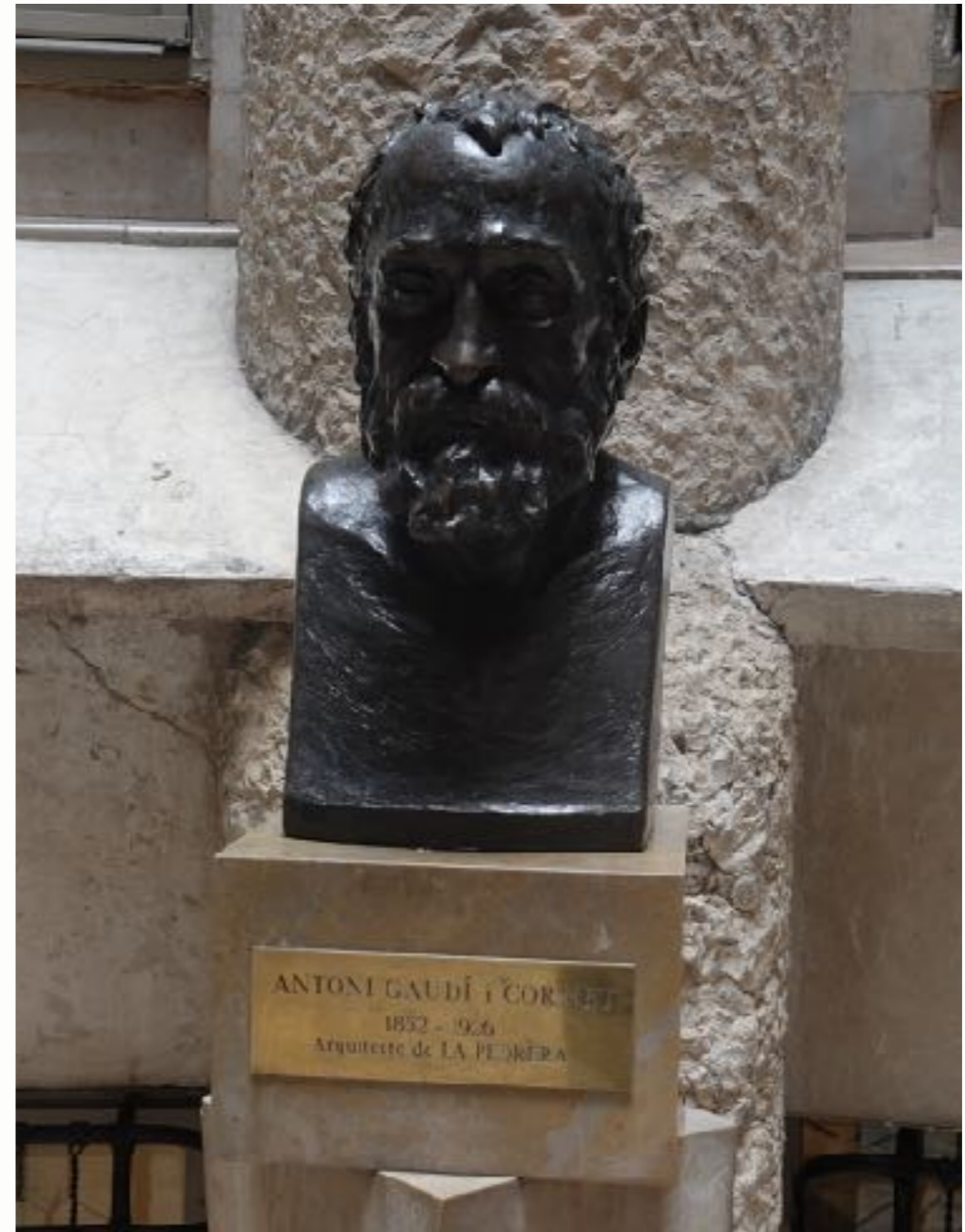




Artist from Barcelona

# 「上帝的建築師」高第

「直線屬於人類，曲線屬於上帝。」



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Artist from Barcelona

# 「上帝的建築師」高第

「直線屬於人類，曲線屬於上帝。」



高地最著名列為世界遺產之一的作品「聖家堂」，高第花了43年在修築，到至今仍在進行中，預計2026完工。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Artist from Barcelona

# 「上帝的建築師」高第

「直線屬於人類，曲線屬於上帝。」



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





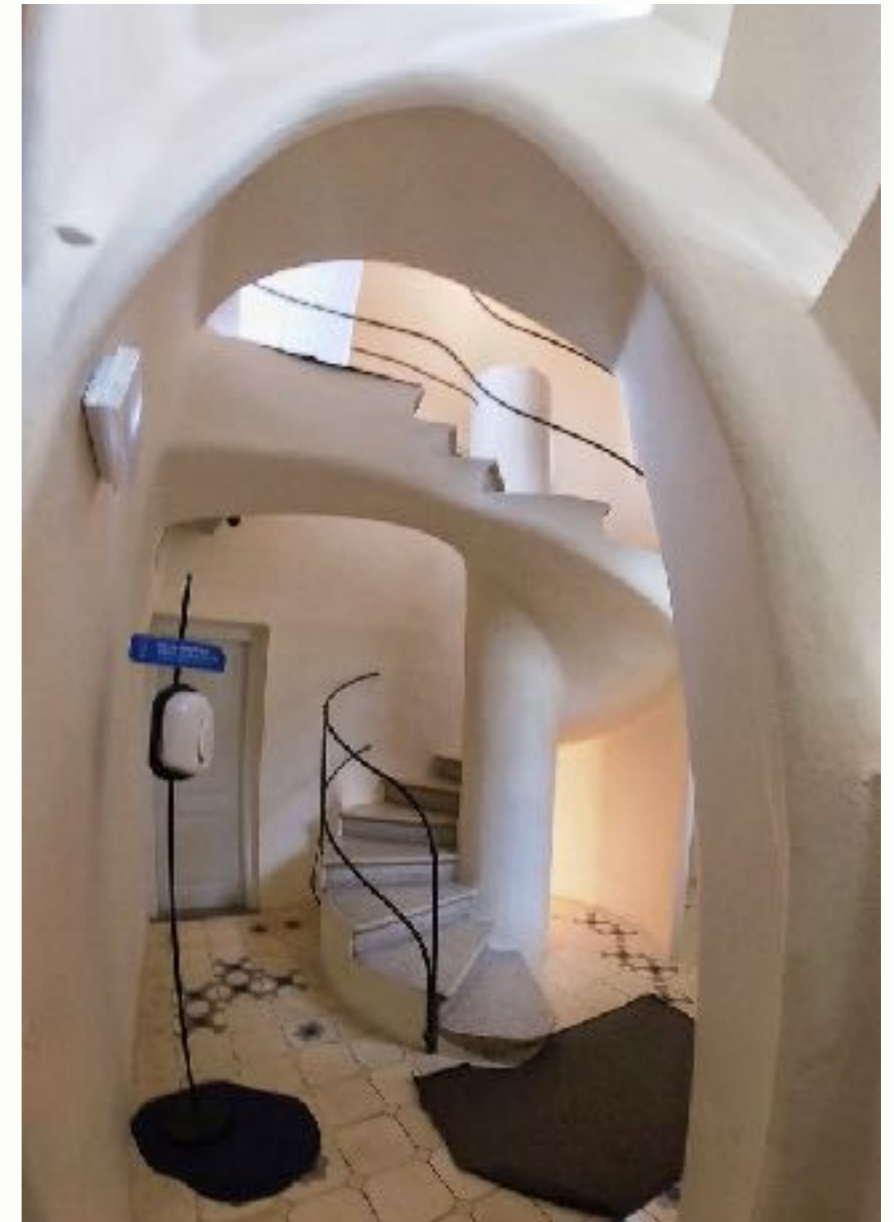
Artist from Barcelona

# 「上帝的建築師」高第

「直線屬於人類，曲線屬於上帝。」



聖家堂 (TEMPLE EXPIATORI DE LA SAGRADA FAMILIA)  
奎爾宮 (PALAU GÜELL)  
巴特婁之家 (CASA BATLLÓ)  
米拉之家 (CASA MILÀ, LA PEDRERA)



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





Artist from Barcelona

# 西班牙三大藝術家

積累實力，讓世界看到自己的觀點



薩爾瓦多·達利與畢卡索、米羅

photo by Paolo Monti

被譽為西班牙二十世紀最具代表性的三位藝術家

photo by Paolo Monti

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪



Artist from Barcelona

# 西班牙三大藝術家

積累實力，讓世界看到自己的觀點



三位超現實主義的藝術家，都是擁有天份又非常努力，對於藝術的敏銳度極高且將自己的實力累積的很扎實，爾後找到自己的風格創作下去，奠定許多後期許多藝術家的基礎。

臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





# 臺灣 VS 巴賽隆納

---

臺灣跟巴賽隆納在馬戲藝術及空中運動環境上的差異



TW vs BCN

# 臺灣 VS 巴賽隆納

臺灣跟巴賽隆納在馬戲藝術及空中運動環境上的差異

巴賽隆納

Centre de les Arts del

Circo Rogelio Rivel - CACRR



華拉杜列

Federación Española de  
Formación Profesional en  
el Arte del Circo - FEFPAC



馬德里

Escuela de Circo Carampa



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪





TW vs BCN

# 臺灣 VS 巴賽隆納

	臺灣	巴賽隆納
馬戲專業學校	無，並沒有專門發展馬戲的學校。	有，且整個西班牙有三所學校。
空中運動教室	有，目前光台北就超過10間以上的空中教室。不過大多以3-4.5米的高度為主。	有，不過並沒有臺灣這麼繁多。不過教室高度都有4米以上。
公營馬戲場館	無，臺灣目前並沒有特定發展馬戲之公營機構。	有，且積極發展馬戲藝術。
馬戲相關連結資源	無，臺灣目前並沒有發展馬戲相關機構連結網。	有，歐洲不只巴賽隆納地區，其他地區也有連結網絡。



# 巴賽隆納Q&A

---

好奇心引領你了解更多、發現更多





# 巴賽隆納 Q & A

好奇心引領你了解更多、發現更多

- Q. 旅途印象中最深刻的事？ 達利旅途、剪髮
- Q. 印象深刻和最喜歡的地方？ 深刻畢卡索美術館出奇的小、喜歡La central
- Q. 聽說有很多扒手，有遇到嗎？
- Q. 最吸引我去巴賽隆納的地方？ 藝術、歐洲、西語國家
- Q. 最意料之外的收獲是？
- Q. 物價高嗎？美食？ 物價要看品項，一些品牌的衣服不太貴，但吃就比較貴一些，平均每餐300台幣
- Q. 印象最深刻的食物是？ 漢堡，裡面是生的培根
- Q. 看完太陽劇團、實驗性演出的啟發？ 馬戲的兩種表演面向
- Q. 回國想帶大家什麼？ 追尋理想的勇氣吧



# 本趟旅程最大的啟發

---

「Step by Step, Little by Little.」





TW vs BCN

# 本趟旅程最大的啟發

「Step by Step,  
Little by Little.」

2017 於美國紐約習得基本擺盪

2019 與德國藝術家習得基礎拋接

2022 於西班牙釐清路徑左右開弓

仍在進行中...



臺灣高空馬戲藝術家-胡嘉豪



高空馬戲是一條無止盡的道路  
我將花我一生的心力不斷的向前走

「Don't Rush. Step by Step, Little by Little.」

---

感謝聆聽