

身体が変われば 奏でる音は変えられる

音を奏するには必ず私たちの身体が必要ですが、奏でられる音に没頭するあまり自分の**身体**のことを忘れてしまっていないですか？

このワークショップでは、元MLBトレーナーによる呼吸エクササイズや日本の音楽家で初めてピラティスの資格を取得した音楽家によるアプローチを用いて身体を整えることで奏でる音が変わっていくのを体感していきます。

2018

11/23 (金・祝)

10:00~13:00

スケジュール 受付 9:30~

- 10:00~10:45 『ただの呼吸』と音楽の関係性について (座学)
- 10:45~11:00 『実践演奏セッション①』
- 11:00~11:40 『ただの呼吸』を取り戻す基本エクササイズ (実技)
- 11:40~11:55 『実践演奏セッション②』
- ~休憩~
- 12:05~12:45 音楽家によるピラティスアプローチ (実技)
- 12:45~13:00 『実践演奏セッション③』

※実践セッションではお持ちの曲を実際に演奏、エクササイズ前後の比較ができます。

定員 15人

持ち物
・動きやすい服装
・2~3分の持ち曲
(またはすでにお持ちの曲の中から抜粋でも可)

参加費 ¥20,000
★2名ペアでお申し込みの場合・・・¥36,000
(1名様あたり¥18,000)

募集締切 11月16日(金)

講師紹介

小島裕子 (Yuko Kojima)



広島大学卒業後、ザルツブルク・モーツァルテウム音楽大学でドイツリートを学ぶ。マスタークラス修了。ピアニスト、ソプラノとして全国各地で演奏活動。特に歌曲の伴奏ピアニストとしては意欲的な活動を展開しており、ドイツリートデュオリサイタルを東京・岡山で継続開催、各地で多くの歌手と共演する。DKボディ/ネバダ州立大学公認ピラティスインストラクターの資格を持ち、東京を始め各地で音楽家のためのセミナー・講座を行っている。FM津山ラジオ番組「歌曲をあなたに」制作&パーソナリティ
Salon.K代表 / Y.K.MUSIC AND BODY METHOD代表

お申込方法&問い合わせ先

以下5点をご記入の上、info@salon-k.netにご連絡ください

- ・お名前 (ふりがな) ・お電話番号
- ・ご住所
- ・専門領域 (楽器など) ・任意の一曲

※件名は「11/23参加申し込み」でお願いいたします
お問合せ：090-3625-3235 (Salon.K代表 小島)

大貫 崇 (Takashi Onuki)

MS, ATC, CSCS, PES, PRT



フロリダ大学大学院を修了後メジャーリーグやプロバスケットボールの現場で活躍。2013年に帰国後、呼吸を中心としたコンディショニングでプロスポーツ選手から高齢者まで幅広く活動している。共著書に『勝者の呼吸法-横隔膜の使い方をスーパーアスリートと赤ちゃんに学ぼう!-』(ワニブックスPLUS新書 2016年) 大阪大学大学院医学系研究科スポーツ医学教室特任研究員/PRIジャパン教育コーディネーター

場所 南青山MBMAスタジオ

東京都港区南青山4-25-12 B1F
(東京メトロ表参道駅A4出口より徒歩約8分)
<https://goo.gl/maps/MKDw9is4Vym>

主催 Salon.K <http://salon-k.net>



☎ コチラ