

音楽家のための

2019

〈演奏とからだ〉講座

これまで悩んでいた演奏の時の身体の不具合。
ほったらかしにしていた身体のこと。
この春、まずはここから始めてみませんか？

第1回目：2019年5月12日（日） テーマ：姿勢と演奏の関わり

第2回目：2019年6月2日（日） テーマ：呼吸と演奏の繋がり

第3回目：2019年7月7日（日） テーマ：身体の使い方と演奏との関わり

【場所】 池袋フォルテオクターブハウス（東京都豊島区南池袋1-26-9）

【時間】 10:00～12:00（受付9:30）

【定員】 先着20名 ※最小催行人数10名

【内容】 座学と実技

※音楽家のためのピラティスをベースとしたボディコンディショニングを行うため、
当日は動きやすい服装でお越しください。

【受講料】 5,000円（税込）/1回 ※当日受付にてお支払い

★受講回数をご自由にお選びいただけます。好きな日程またはテーマからお選びください。
なお、身体との関わり方をより深く身に付けるためには、受講回数を重ねることをお勧めします！

【ご用意していただくもの】

- ・2～3分の任意の曲（曲の一部でも可） ※演奏の変化を感じて頂きます。
- ・ヨガマット（バスタオルでも可）

※ご自身でヨガマットをお持ちの方はご持参ください。ヨガマットでなくてもご参加可能です。

【申し込みについて】

FAX: 086-276-9040 / mail: office.salonk@gmail.com

※早割について…実施日の20日前までにお申し込みの方は 4,500円/1回 となります。



講師：小島 裕子 / Yuko Kojima

ピアニスト・ソプラノ

D.K.BODYネバダ州立大学公認

ピラティスインストラクター

YKMB (Y.K.MUSIC AND BODY METHOD) メソッド代表

Salon.K代表

【お問い合わせ先】

主催：Salon.K 公式HP：<http://salon-k.net>

連絡先：090-3635-3235（代表直通）

Salon.K

YUKO KOJIMA × MUSIC SALON