

# 演奏のための ボディコンディショニング

ピラティスをベースとしたボディコンディショニングと演奏

第1弾  
開催決定!!

南青山MBMAスタジオにて開講!

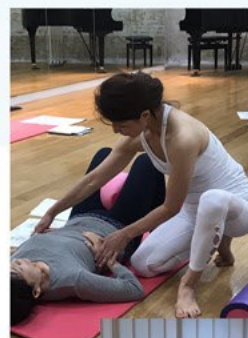
2019年8月~12月 月一回の定期クラス

8月31日(土) 9:45~11:45 申込み締め切り...8/16	9月28日(土) 9:45~11:45 申込み締め切り...9/13	10月12日(土) 9:45~11:45 申込み締め切り...9/30	11月2日(土) 9:45~11:45 申込み締め切り...10/18	12月7日(土) 9:45~11:45 申込み締め切り...11/22
--	--	---	---	---

- ・セルフメンテナンスと演奏向上のための"ボディコンディショニング"をご指導いたします。(呼吸・体幹コントロール・姿勢 ほか)
- ・身体の使い方を演奏に生かしていただけるよう、その人に応じたアドバイスを行なっていきます。



- 定員：先着10名（最小催行人数4名）
- 実施時間：9:45~11:45（9:30~受付開始）
- 会場：南青山MBMAスタジオ  
（東京都港区南青山4-25-12 B1F）
- 受講料：¥8,000（税込）/回
- アクセス：表参道駅より約徒歩8分
- 講師：小島 裕子  
（日本音楽家ボディコンディショニング協会代表理事）
- ご用意いただくもの  
動きやすい服装・専門によっては楽器の持ち込み可



## 【申し込み方法】

下記を明記の上、[office.salonk@gmail.com](mailto:office.salonk@gmail.com)までご連絡ください。

- ①お名前（ふりがな）
- ②ご連絡先（メールアドレスまたはお電話番号）
- ③専門領域（楽器など）
- ④受講ご希望の日程

受講生募集中!!  
申し込みはお早めに!

※参加費は指定口座へ事前振込になります。

※最小催行人数の4名に満たないときは、実施を中止する場合がございます。

※参加費をご入金後は、クラスが中止になった場合を除いていかなる理由があってもご返金は致しかねます。あらかじめご了承ください。

※会場に更衣室のご用意がございます。またヨガマットはこちらでご用意いたします。

## ●Yuko Kojima PROFILE

ピアニスト・ソプラノ・DK.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。

広島大学教育学部教科教育学科音楽教育学専修卒業。ザルツブルグ・モーツァルテウム音楽院国際

アカデミーディプロマ・マスタークラス修了。第5回榛名梅の里音楽祭にて奨励賞を受賞。ソロリサイタル開催。

声楽アンサンブルピアニスト、室内楽アンサンブルピアニストとして全国で活動を展開する。ソプラノ『嶋ゆうこ』としてソロ活動を行う。

日本演奏連盟所属。2019年、日本音楽家ボディコンディショニング協会を設立、協会代表理事。

パーソナルレッスンの他、東京（池袋・青山・幡ヶ谷）・埼玉・岡山などで音楽家のための講座開催。

「音のアンバサダー&Pilates for Music」指導者養成講座2019を開催中。

南青山スタジオにて、2018年「ピアニストのためのピラティス」「声楽家のためのピラティス」各3回シリーズ講座開催。

2017・2018「呼吸が変われば奏でる音が変わる」などの講座を開催。

2019年5~7月、池袋フォルテオクターブハウスにて、音楽家のための「演奏とからだ」シリーズ講座開催。

その他多くのセミナーや講座を開催し、一人一人に合わせた丁寧な指導にはリピーターも多い。

Salon.K公式HPQRコード



主催：Salon.K (Yuko Kojima × MUSIC SALON 代表：小島裕子) HP：http://salon-k.net

お問い合わせ先：mail /office.salonk@gmail.com ・ Tel / 090-3635-3235