

ピアニストのための 演奏と身体の勉強会

2020年 **6月6日(土)**

会場: フォルテ・オクターヴハウス イベントスタジオ
(東京都豊島区南池袋1-26-9第2MYTビル8階)

○受講内容について……

【午前クラス】『演奏とからだ座学 基礎編』(10:00~12:00) <定員:30名>

- 身体のつくり
- 音楽家が知っておきたい解剖学
- 呼吸のメカニズム
- 演奏の時の身体の姿勢について
- 呼吸と音色のつながり
- タッチと身体をつなぐ
- 自分の音色を見つけるために
- 長く演奏活動していくために



※アクセス……「池袋駅」東口より徒歩3分

【午後クラス】『演奏とボディコンディショニング 実践編』(13:15~15:45) <定員:10名 先着順>

■演奏 (※各自任意の持ち曲を演奏していただきます。)

■エクササイズ編

- どんな呼吸をしていますか?
- 姿勢や身体の状態をチェックしてみましょう。
- 基本となる呼吸をよみがえらせましょう。
- ストレッチで体を修正しましょう。
- 体幹を意識できるためのエクササイズ
- 演奏時の身体コントロールのためのエクササイズ

■演奏

- 音色や表現のためのからだの使い方を伝授します。

※[演奏]→[エクササイズ]→[演奏]という流れで行います。



講師: 小島裕子 (Yuko Kojima)

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

JMBA(日本音楽家ボディコンディショニング協会代表理事)

音のアンバサダー&Pilates for Music創設者

広島大学教育学部音楽科を経てザルツブルク・モーツァルテウム音楽院ドイツリートマスタークラス修了

アンサンブルピアニスト、ソプラノとして多岐に渡る演奏活動を積極的に展開する傍ら、

この分野の草分け的存在として活動し、注目を集めている。2012年にインストラクターの資格取得。

以来、音楽家のためのセミナーや講座を各地で開催する。現在、岡山と東京で定期クラスを持つ。

南青山スタジオ「演奏家のためのピラティス」定期クラス開講。心と身体が一つになる、自分の可能性を

最大限に生かした演奏を行うために、「演奏」と「身体」の両面からの指導を行っており、

その指導は受講生に確実な変化と結果と「演奏する喜び」をもたらしている。

2019年から「音のアンバサダー」指導者養成講座(一年研修)をスタートし、音楽と身体両面から

指導できる指導者を育成している。

申し込み方法 ★基礎編を午前で学び、より詳しく学びたい方は午後もご参加ください!!!

下記を明記の上、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ご自身の現在の活動、仕事について(※任意)
- ⑤受講クラスを下記A~Cのいずれかからご選択ください。

【A: 午前のみ B: 午後のみ C: 午前+午後】

※BおよびCをご選択された方は、当日任意の曲をご準備ください。

※最少催行人数:5/21(木)22時の時点で、5名を超えない場合は開講を取りやめることがあります。

申込み締め切り
6月3日(水)10時

▼下記QRコードから
申し込みフォームへ



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