

2017年9月の講師予定 (更新日07月24日)

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	2017/8/27	2017/8/28	2017/8/29	2017/8/30	2017/8/31	2017/9/1	2017/9/2
目黒	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>★印 9月16日(土) 15:00～(目黒スタジオ)はテーマ付きクラスとなります。詳しくは裏面をご覧ください。</p> <p>☆印 9/1、9/8、9/22、9/29(金) 14:00～のクラスは「ディレクター愛子の♪プチ解剖学講座♪」付きのクラスとなります。こちらも詳しくは裏面をご覧ください。</p> </div>					☆渡邊愛子 14:00-15:30	石田康裕 11:00-12:30
						山口裕介 19:00-20:30	石田康裕 15:00-16:30
新宿							楠 道子 11:00-12:30
							山口裕介 15:00-16:30
						楠 道子 19:00-20:30	
日付	2017/9/3	2017/9/4	2017/9/5	2017/9/6	2017/9/7	2017/9/8	2017/9/9
		定休日	楠 道子 14:00-15:30	芹沢紀美子 14:00-15:30	渡邊愛子 14:00-15:30	トシ 16:30-18:00	山口裕介 15:00-16:30
	嶋村順子 15:00-16:30				渡邊愛子 19:00-20:30		
新宿	渡邊愛子 11:00-12:30						バジル 11:00-12:30
						☆渡邊愛子 14:00-15:30	渡邊愛子 15:00-16:30
					トシ 19:00-20:30	渡邊愛子 19:00-20:30	
日付	2017/9/10	2017/9/11	2017/9/12	2017/9/13	2017/9/14	2017/9/15	2017/9/16
目黒	山口裕介 11:00-12:30	定休日	楠 道子 14:00-15:30	安納 献 14:00-15:30		石田康裕 14:00-15:30	★楠 道子 15:00-16:30
					山口裕介 19:00-20:30		※2 特別クラス 18:00-19:30
新宿	嶋村順子 15:00-16:30						トシ 11:00-12:30
					嶋村順子 14:00-15:30	楠 道子 14:00-15:30	嶋村順子 15:00-16:30
				トシ 19:00-20:30	楠 道子 19:00-20:30		
日付	2017/9/17	2017/9/18	2017/9/19	2017/9/20	2017/9/21	2017/9/22	2017/9/23
目黒		定休日	楠 道子 14:00-15:30	石田康裕 14:00-15:30	嶋村順子 14:00-15:30	石田康裕 14:00-15:30	
	渡邊愛子 15:00-16:30					トシ 16:30-18:00	渡邊愛子 15:00-16:30
			渡邊愛子 19:00-20:30	石田康裕 19:00-20:30	嶋村順子 19:00-20:30	石田康裕 19:00-20:30	BC先生(康裕) 18:00-19:30
新宿	山口裕介 11:00-12:30						楠 道子 11:00-12:30
					渡邊愛子 14:00-15:30	☆渡邊愛子 14:00-15:30	嶋村順子 15:00-16:30
					トシ 19:00-20:30	渡邊愛子 19:00-20:30	※2 特別クラス 18:00-19:30
日付	2017/9/24	2017/9/25	2017/9/26	2017/9/27	2017/9/28	2017/9/29	2017/9/30
	渡邊愛子 11:00-12:30	定休日					渡邊愛子 11:00-12:30
			山口裕介 14:00-15:30	安納 献 14:00-15:30	嶋村順子 14:00-15:30	石田康裕 14:00-15:30	山口裕介 15:00-16:30
			山口裕介 19:00-20:30		山口裕介 19:00-20:30	石田康裕 19:00-20:30	
新宿							楠 道子 11:00-12:30
	バジル 15:00-16:30					☆渡邊愛子 14:00-15:30	渡邊愛子 15:00-16:30
					トシ 19:00-20:30	バジル 19:00-20:30	

※1 カレンダーは常時更新しています。最新の情報はホームページのトップページ下、「ベーシックコース代講、その他のお知らせ」をご覧ください。

※2 特別クラス：ベーシックの生徒さんは無料で参加いただけます。(詳細は裏面を参照ください) 予約要

～9月特別クラスなどのご案内～

9月16日(土) 18:00～19:30 土曜特別クラス/目黒スタジオ

『息をお腹で支える』

講師：石田 康裕

参加費：ベーシック生 無料

一般 4,000円 プロコーストレーニー 2,000円

(ベーシック生はベーシックコース予約システムから予約してください。

休会中の方は一般と同じ金額になります。)

普通に話すとき、歌を歌うとき、楽器の演奏を行うときに、みなさんは「息の支え」を感じるでしょうか。うまく支えを持てると、身体の負担が減ります。呼吸の仕組みを知り、どうしたらその支えを持てるかを探り、呼吸の改善を図ります。

9月23日(土) 18:00～19:30 特別クラス/新宿スタジオ

『演奏者の息と響き』

講師：嶋村順子

参加費：ベーシック生 無料

(ベーシック生はベーシックコース予約システムから予約してください。

休会中の方は参加できません。)

あなたは、演奏のブレス（息継ぎ）の際に次の音をどんな響きにしようかと考えて吸っていますか？一息のフレーズの中で、音色を一定に保ったり音色を変化させるとき、息を吐きながら身体の使い方を考えていますか？

演奏の呼吸の仕方と音色・響きには深い関係性があります。

フルート奏者として身体の使い方を探究してきた嶋村順子が現時点で理解している「呼吸と音色の関係」について、できるだけ実用的な提案をします。

頭や顔、胴体など、身体の中は見ることはできません。

解剖学の本などで、なるべく現実に近いイメージを持ってみたら何が変わるのでしょうか。

みなさんのアイデアも出し合いながら、新しい音色探検をしてみましよう。

★ 9月16日(土) 15:00～16:30 テーマ付きクラス/目黒スタジオ(通常クラス)

『夏の終わりのヨガ～リンパ・ヨガで自分と仲良く、ふれる、手をつかう～』

暦の上では秋ですが、夏の終わりに色々と疲れを流すリンパヨガをしませんか。

アレクサンダー・テクニークを使って、手を使う、風邪のひきかけ、治りかけ、体調不良にもサイコーにいいヨガです。小顔になりたいあなたは、iPhone 持参でぜひいらしてください。

ヨガ指導者の方のために触れ方について、アシスト・アジャスト方法についてもレッスンしていきます。

☆ 『ディレクター愛子の♪プチ解剖学講座♪』付きクラス(通常クラス)

ベーシックコースディレクターの超自己満的自主企画！以下のクラスは普段レッスンの中で小出しに聞く解剖学について、レッスンの最初にざっくりとまとめてお伝えします。ぜひご参加くださいませー！

☆9/1(金)14:00～目黒スタジオ/頭と軸 ☆9/8(金)14:00～新宿スタジオ/腕

☆9/22(金)14:00～新宿スタジオ/脚 ☆9/29(金)14:00～新宿スタジオ/呼吸