

～10月特別クラスなどのご案内～

10月21日(土) 18:00～19:30 土曜特別クラス/目黒スタジオ

『腕の使い方と声・呼吸の関係を知る』

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。

休会中の場合は一般と同じ金額になります。)

声を出すときや呼吸を行うときに、みなさんの腕は何をしているでしょうか。

腕はいろいろなことの邪魔をします。

普段余り意識することのない腕の影響を探り、呼吸や声を改善します。

10月15日(土) 18:00～19:30 特別クラス/新宿スタジオ

『指導に使うアレクサンダーテクニーク！』

講師：真田由香(BodyChance大阪スタジオ プロコースディレクター)

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。)

ボディチャンスに参加される動機で多いのが「今教えている生徒達に役に立つと思って」という方です。

ご自分のレッスンにさらなる広がりや深さを得るために、今までとちょっと視点が違うアレクサンダーは、きっとお役に立ちます。

ただ、通常のレッスンだと「まずは自分の動き」が優先されてしまって、「教えるためにどう使う？」ということに、なかなか時間がとれないですね。。。

今回は、じっくり「生徒さんを教える・指導するときに、

アレクサンダーを応用する方法」を探求します！そればかりやります！

New! 入門レッスンにご参加いただけます！

BodyChance の入門レッスンがテーマ付きになって大きく生まれ変わりました！ベーシック会員の皆様にも、チケット1枚でご参加いただけます。(予約システムからご予約ください。全て目黒スタジオとなります。)

今年12月までの限定企画！ぜひこの機会にご参加くださいませ！

- ・10/1(日) 15:00～楠 道子「姿勢のセルフケア～あなたにあった痛みのないヨガが見つかる」
- ・10/8(日) 11:00～渡邊愛子「演奏&パフォーマンス力をUP！あなたのための”自分の使い方”入門」
- ・10/14(土) 11:00～山口裕介「緊張を味方につける入門セミナー」
- ・10/22(日) 11:00～嶋村順子「演奏の痛みをひもとく」

2017年10月の講師予定 (更新日08月25日)

曜日	日	月	火	水	木	金	土	
日付	2017/10/1	2017/10/2	2017/10/3	2017/10/4	2017/10/5	2017/10/6	2017/10/7	
目黒	楠 道子 11:00-12:30	定休日	芹沢紀美子 14:00-15:30	渡邊愛子 19:00-20:30	渡邊愛子 14:00-15:30	トシ 16:30-18:00	石田康裕 15:00-16:30	
	入門(楠道子) 15:00-17:00							BC先生(康裕) 18:00-19:30
新宿								楠 道子 11:00-12:30
	バジル 15:00-16:30						山口裕介 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	2017/10/8		2017/10/9	2017/10/10	2017/10/11	2017/10/12	2017/10/13	2017/10/14
目黒	入門(渡邊愛子) 11:00-13:00	定休日	楠 道子 14:00-15:30	芹沢紀美子 14:00-15:30	山口裕介 14:00-15:30	石田康裕 14:00-15:30	入門(山口裕介) 11:00-13:00	
	渡邊愛子 15:00-16:30				渡邊愛子 19:00-20:30	石田康裕 19:00-20:30	山口裕介 15:00-16:30	
新宿								楠 道子 11:00-12:30
	楠 道子 15:00-16:30						嶋村順子 14:00-15:30	渡邊愛子 15:00-16:30
						トシ 19:00-20:30	嶋村順子 19:00-20:30	
日付	2017/10/15		2017/10/16	2017/10/17	2017/10/18	2017/10/19	2017/10/20	2017/10/21
目黒	山口裕介 11:00-12:30	定休日	楠 道子 14:00-15:30	渡邊愛子 14:00-15:30	嶋村順子 14:00-15:30	石田康裕 14:00-15:30	石田康裕 15:00-16:30	
				渡邊愛子 19:00-20:30	嶋村順子 19:00-20:30		※2 特別クラス 18:00-19:30	
新宿								楠 道子 11:00-12:30
	山口裕介 15:00-16:30						山口裕介 14:00-15:30	バジル 15:00-16:30
	※2 特別クラス 18:00-19:30					トシ 19:00-20:30	山口裕介 19:00-20:30	
日付	2017/10/22		2017/10/23	2017/10/24	2017/10/25	2017/10/26	2017/10/27	2017/10/28
目黒	入門(嶋村順子) 11:00-13:00	定休日	楠 道子 14:00-15:30	石田康裕 14:00-15:30	山口裕介 14:00-15:30	トシ 16:30-18:00	渡邊愛子 11:00-12:30	
	嶋村順子 15:00-16:30						渡邊愛子 15:00-16:30	
新宿								トシ 11:00-12:30
	楠 道子 11:00-12:30					嶋村順子 14:00-16:30	渡邊愛子 14:00-15:30	バジル 15:00-16:30
						トシ 19:00-20:30	渡邊愛子 19:00-20:30	
日付	2017/10/29		2017/10/30	2017/10/31	2017/11/1	2017/11/2	2017/11/3	2017/11/4
目黒	渡邊愛子 11:00-12:30	定休日	楠 道子 14:00-15:30	—	—	—	—	
新宿								
	バジル 15:00-16:30							

※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