

ベーシッククラス 10・11月ご案内

声と呼吸 自由自在！

体の痛み・声・呼吸について
知っておきたい5つのこと

呼吸方法に関する3つのモジュール

呼吸をうまく利用したい人、または声を出したい人はこのクラスに参加する事で、良いヒントが得られるでしょう。

音や声の質の良さは、あなたが呼吸に対して使っているメソッド次第です。

呼吸のメソッドから最大の恩恵を得るためには、まず自分の姿勢を整えるコツを知る必要があります。

これから、姿勢がなぜ呼吸のためにもとても重要であるのかについて説明します。また、呼吸を改良していくためにあなたができることを説明します。

モジュール①—アレクサンダーの姿勢に関するユニークな発見。

モジュール②—姿勢は呼吸にどのように影響するか。

モジュール③—姿勢は「音質・声」にどのように影響するか。

モジュール・オープン—参加される方のリクエストに答えて探求していくフリーセッションクラス

1. モジュールはどの順番で出席しても構いません。同じモジュールに1回以上出席することも可能です。
2. 別のモジュールと全く同じコンテンツを含むモジュールはありません。BodyChance教師は生徒さんが知りたい情報を含めたモジュールをカスタマイズさせていただきます。
3. テーマは呼吸ですが、セッションにその他の質問やリクエストを持って来ていただいても結構です。

A: クラス毎のチケット制 (2回・5回・10回チケットが選べます)

モジュールクラス/1チケット

ディスカバリー=プロクラス前半 90分参加/1チケット

B: プロコースをお考えの方へのお得なセットコース ¥47,500

1: 6回のモジュールレッスンが受けられる (チケット6枚分=32700円)

2: ジェレミーチャンス (東京) または真田由香 (大阪) の3時間プロコースレッスン=¥9,300

3: 入会金 5500円

目黒スタジオ 11月

ベーシックカレンダーのV: 9月18日

曜日	月	火	水	木	金	土	日	
日付					1	2	3	
目黒	<p>【赤枠】 モジュールクラス 【緑枠】 DISCOVERY = ディスカバリークラス</p> <p>ディスカバリ・スクール枠は経験豊かな多様な先生たちとともに日常のアクティビティを探索する機会です。クラス前半90分間をチケット1枚で参加できます。各ディスカバリセッションの定員は3人です。</p>							
							DISCOVERY 【A】 14:30-16:00 石田 康裕	
					DISCOVERY 【A】 18:30-20:00 高橋浩史	モジュール・① 【A】 18:00-19:30 石田 康裕		
日付	4	5	6	7	8	9	10	
目黒	定休日	DISCOVERY 【A】 09:30-11:00 芹沢 紀美子		DISCOVERY 【A】 09:30-11:00 バジル・クリツァ				
		DISCOVERY 【A】 14:00-15:30 芹沢 紀美子	モジュール・① 【A】 14:00-15:30 上原知子		モジュール・② 【A】 14:00-15:30 上原知子	DISCOVERY 【A】 14:30-16:00 バジル・クリツァ	DISCOVERY 【A】 14:30-16:00 バジル・クリツァ	
			DISCOVERY 【A】 18:30-20:00 荒川克美	モジュール・② 【A】 18:30-20:00 石田 康裕		モジュール オープン 【A】 18:00-19:30 石田 康裕		
日付	11	12	13	14	15	16	17	
目黒	定休日		DISCOVERY 【A】 09:30-11:00 芹沢 紀美子		DISCOVERY 【A】 09:30-11:00 芹沢 紀美子			
				モジュール・③ 【A】 14:00-15:30 上原知子		DISCOVERY 【A】 14:00-15:30 芹沢 紀美子	DISCOVERY 【A】 14:30-16:00 グレッグ ホールダウェイ	DISCOVERY 【A】 14:30-16:00 グレッグ ホールダウェイ
		DISCOVERY 【A】 18:30-20:00 バジル・クリツァ					モジュール オープン 【A】 18:00-19:30 石田 康裕	
日付	18	19	20	21	22	23	24	
目黒	定休日				DISCOVERY 【A】 09:30-11:00 グレッグ ホールダウェイ			
		DISCOVERY 【A】 14:00-15:30 グレッグ ホールダウェイ	モジュール オープン 【A】 14:00-15:30 上原知子		モジュール オープン 【A】 14:00-15:30 石田 康裕	DISCOVERY 【A】 14:30-16:00 Jeremy チャンス		
			DISCOVERY 【A】 18:30-20:00 グレッグ ホールダウェイ	モジュール・③ 【A】 18:30-20:00 石田 康裕				
日付	25	26	27	28	29	30		
目黒	定休日					DISCOVERY 【A】 09:30-11:00 上原 知子		
		DISCOVERY 【A】 14:00-15:30 Jeremy チャンス	DISCOVERY 【A】 14:00-15:30 楠 道子		モジュール オープン 【A】 14:00-15:30 上原知子	モジュール オープン 【A】 14:30-16:00 石田 康裕		
		DISCOVERY 【A】 18:30-20:00 白井幸子		DISCOVERY 【A】 18:30-20:00 芹沢 紀美子				

※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、「ベーシックカレンダー」をご覧ください。
やむを得ない場合、講師が変更になることがございます。当日予約は電話にてご相談ください。