



講師：バジル・クリツァー

今すぐできる よくわかる アレクサンダー・テクニーク

バジル先生の ココロとカラダの相談室

～もっと楽しくて、もっとハッピーな音楽生活を！～

**部活動や音楽活動での悩みを持つ皆さんのための相談室です。
練習や演奏における様々なメンタルの不安解消について、アドバイスいたします！**

こんなことで
悩んでいませんか？

- 高音が出ない ● タンギングが苦手
- 失敗したらどうしようかと不安になる
- 先生や先輩・後輩とうまくいかない etc.

不安にならなくて大丈夫！バジル先生が皆さんのお悩みを解決します！

● 日 時：2018年 2月 25日（日） 14:00～17:00 ※途中休憩あり

● 会 場：島村楽器 名古屋パルコ店 店内スタジオ

● 受講料：一般：2,500円
(各税抜)

シマムラミュージックメンバーシップカード会員：2,000円

《6名さま限定》バジル先生の個人アドバイスレッスンを受けてみませんか？

ご希望の方はセミナー申し込み時に併せてお申し込みください。当日はご自分の楽器を必ずお持ちください。
(セミナー内での公開レッスンとなります。定員になり次第、締め切りとさせていただきます。)

<使用教材>

『吹奏楽部員のためのココロとカラダの相談室』 楽器演奏編-改訂版-/メンタルガイド編/コンクール・本番編/吹奏楽指導編 ■本体価格:各1,500円+税

『マンガとイラストでよくわかる アレクサンダー・テクニーク 入門編』■本体価格1,200円+税/『実践編』■本体価格1,300円+税』 [すべて学研プラス刊]

●お問い合わせ/お申し込み

島村楽器 名古屋パルコ店

〒460-0008 愛知県名古屋市中区栄3-29-1 名古屋パルコ東館 5F

Tel.052-264-8316 Fax.052-264-8544



講師 バジル・クリツァー

BodyChanceMusic所属アレクサンダー・テクニーク講師。香港生まれ京都市育ちのアメリカ人。エッセン・フォルクヴァング芸術大学(ドイツ)ホルン科卒業。在学中、極度の腰痛とあがり症に悩み、それを乗り越えるためにアレクサンダー・テクニークを始める。これまで東京藝大、上海オーケストラアカデミー、大阪音大など各地の教育機関で教えている。●Blog: <http://basilkritzer.jp>

アレクサンダー・テクニークとは…

欧米のジュリアード音楽院など、有名な音楽学校では必ず教えられる「心と身体の演奏法」に関するメソッド(方法)で、「心と身体の緊張」を大きく改善するのにとても効果的なものです。

きりとり線

バジル・クリツァー

バジル先生の
ココロとカラダの相談室
～もっと楽しくて、
もっとハッピーな音楽生活を～

参加申し込み書

お名前： _____ (一般・学生) 学校名/所属団体名： _____

〒

ご住所： _____ TEL： _____

一般 シマムラミュージックメンバーシップカード会員 【 個人アドバイスレッスン受講 (学生・一般) (楽器： _____)】

ご記入いただきましたお客様の個人情報は、このセミナーに関するご案内のみに使用させていただきます。