



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7月14日(土) 14:00～17:00 ※途中休憩あり

● 会場：e-terrace e-space hall

〒890-0054 鹿児島市荒田 1-16-7 TEL.099-263-7008

● 受講料：〈聴講のみ〉一般：2,700円／会員：2,160円
(各税込)

〈聴講+レッスン受講(セミナー内での公開レッスンとなります)〉一般：4,104円／会員：3,283円

《5名様限定》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。)

※セミナーお申し込み後の返金は致しかねます。ご了承ください。

＜使用教材＞ ※教材はなくても受講可能です。当日販売しております。

『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]

●会場略図



●お問い合わせ／お申し込み

島村楽器 鹿児島アミュプラザ店

〒890-0053 鹿児島県鹿児島市中央町1-1 アミュプラザ鹿児島 4F
Tel.099-812-6818

講師 バジル・クリツァー

1984年香港生まれ、京都育ちのアメリカ人。
2008年ドイツ・エッセンフォルクヴァング芸術大学卒業。
ホルン奏者。沖縄県立芸術大学非常勤講師。
アレクサンダー・テクニーク教師。日本吹奏楽普及協会東京支部理事。
●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： _____ (学生・一般) 学校名/所属団体名： _____

〒 _____

ご住所： _____ TEL： _____

一般 会員 【 聴講のみ 公開レッスン受講(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。