



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：2017年1月29日（日）13:00～16:00 ※途中休憩あり

● 会 場：スタジオ J-SQUARE(JEUGIA 三条本店 5F)

● 受講料：学生(大学生まで)：1,500円／一般：2,000円

(各税込)

○ご希望の方(先着4名様)は、受講料プラス1,000円で個人アドバイスレッスンを受けることができます。当日はご自分の楽器を必ずお持ちください。

○レッスンを受けられない方も、姿勢や吹き方等の確認ができますので、よろしければ楽器をご持参ください。(クリニック中に音を出すことはできません。)

※個人アドバイスレッスンは先着順でございます。定員に達しました場合はご容赦くださいませ。

〈吹奏楽・オーケストラ応援割！〉

顧問の先生含め10名以上のご参加の団体様は、おひとり様につき500円引きいたします。

〈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／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 (すべて学研プラス刊)

● お問い合わせ／お申し込み

JEUGIA 三条本店 4F 楽譜フロア

〒604-8036 京都市中京区三条通新京極角石橋町11 (営業時間 10:30～20:30)

Tel.075-254-3740 Fax.075-254-3741



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： _____

学生 一般 【 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。