



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

～実践！演奏がどんどん良くなる練習方法～

あがり、緊張といった演奏上での様々なメンタルの不安解消についてアドバイスします！
実際に「どんどん良くなる」傾向を自らの意思で促す練習方法を体感できます！

こんなことで
悩んでいませんか？

- タンギングがニガテ
- ドキドキしてうまくいかない
- 高い音がでない
- 失敗したらどうしようかと不安になる etc.

できないことがあっても大丈夫！うまくなるヒントをお伝えします！

●日 時： 2017 年 7月17日(月・祝)

第1部 木管楽器 13:00～14:45

※途中休憩 15分

- 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:3,780円/会員:3,240円

第2部 金管楽器 15:15～17:00

※途中休憩 15分

- 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:3,780円/会員:3,240円

※公開レッスン受講者の定員は各3名程度となります。ご希望の方は、ご自分の楽器を当日必ずお持ちください。

※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。

●会 場： 島村楽器 イオンモール筑紫野店 イベントホール

〒818-0042 筑紫野市立明寺 434-1 イオンモール筑紫野 3F TEL.092-918-1040

<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 (すべて学研プラス刊)

●お問い合わせ/お申し込み

島村楽器

久留米ゆめタウン店	0942-45-7440	アミュプラザ博多店	092-413-5415
イオンモール筑紫野店	092-918-1040	イオンモール福岡店	092-939-1670
福岡イムズ店	092-736-5610	ミュージックサロン福岡	092-741-0678

講師 バジル・クリツァー

沖縄県立芸術大学非常勤講師。尚美ミュージックカレッジ特別講師。
Body Chance所属アレクサンダー・テクニーク講師。
香港生まれ京都育ちのアメリカ人。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。●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：

第1部 第2部 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。