



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：2019年 2月 3日（日） 14:00～16:00

● 会 場：島村楽器 モザイクモール港北店

● 受講料：〈聴講のみ〉参加費2,700円／会員割引価格：2,160円
 (各税込) 〈聴講+レッスン受講〉参加費4,104円／会員割引価格：3,283円

《4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 モザイクモール港北店

〒224-0003 横浜市都筑区中川中央1-31-1 モザイクモール港北3F

Tel.045-911-9411 Fax.045-911-9413

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。尚美ミュージックカレッジ専門学校特別講師。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～

お名前： _____ (一般・学生) 学校名 / 所属団体名： _____

〒

ご住所： _____ TEL： _____

一般 会員 【 個人アドバイスレッスン受講 (一般・学生) (楽器： _____) 】

参加申し込み書

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。