



講師：バジル・クリッツァー

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4月21日（日） 第1部 木管楽器 11:00～13:00
第2部 金管楽器 14:30～16:30

● 受講料：〈公開レッスン受講〉 一般：5,400円 会員：4,320円
定員：5名
(各税込)

〈聴講〉 一般：3,780円 会員：3,024円
定員：20名

《公開レッスンについて》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。)

● 会場：島村楽器 佐世保店 店内スタジオ

<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

島村楽器株式会社 佐世保店

〒857-0863 長崎県佐世保市三浦町21-1 えきマチ1丁目佐世保3F

Tel.0956-42-0220 Fax.0956-22-0160



講師 バジル・クリッツァー

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。

● 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っても効果的
なものです。

きりとり線

バジル・クリッツァー

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： _____

第1部 木管楽器 第2部 金管楽器 一般 会員 【 公開レッスン受講 (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。