

マタニティー/10歳~9歳の音楽サロン

音育

Parents Music Salon

O+Oiku®

お母さんのための心と体のバランステクニック

音楽家の間で広まっているアレクサンダーテクニックはお母さんにも役立ちます。
子供と接する自分の調和を見直す大切さと方法を、
お話とミニ体験によりお伝えします。

親子で
お楽しみ
ください♪

上原 知子さん

一児の母。家事育児にアレクサンダーテクニックを使うことで、腰痛やストレスを軽減させてきた。緊張の少ない調和ある動きを、子供へ教えるタイミングや方法に関心を持っている。ATI国際認定教師。昭和音楽大学非常勤講師。
<http://tomokowork.com>



村上 敬子さん

自分の心身を自分でケアする方法を求めて、アレクサンダーテクニックに出会う。趣味のヴァイオリン演奏では、無駄な力が抜けて演奏が楽になり、表現力が向上する体験をしてきた。ATI国際認定教師。
<http://www.alexander.yokohama>



2018年11月18日

TOKYO麻布ミュージックセンター
東京都港区南麻布1-15-5 ソフィア B1

開演時間10時~12時

★プログラム★

♪生演奏 ピカリ直美さん

〈曲目〉
ピオラ
バッハ:無伴奏チェロ組曲
第3番より"プーレ"
ピアノ
シューマン:トロイメライ



★アレクサンダーテクニック体験講座

- (1) 心と体の調和のとり方
- (2) バランスのとれた動きを試そう
- (3) 育児・家事への活かし方

♪【0~3】ショート音育バージョン

松井 やすよ

♪ティータイム

♪解散

参加費

一般:5000円(10才以上) ★ファミリーチケット
(ご夫婦2人までのご参加用チケット)
音育会員:3000円 一般:7000円
子ども:無料(0才~9才) 音育会員:5000円

お問い合わせ
お申し込み

TOKYO麻布ミュージックセンター
Mail:info@azabuotoiku.com
Tel:03-5418-5977