



# 演奏者のためのボディ・マッピング

BODY MAPPING FOR MUSICIAN

## みんなでワーク

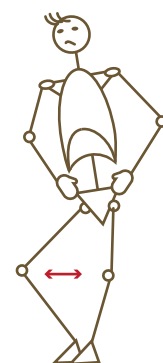
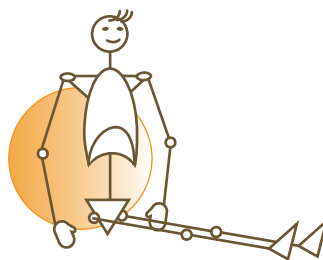
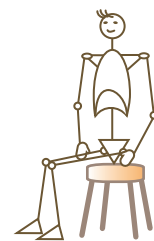
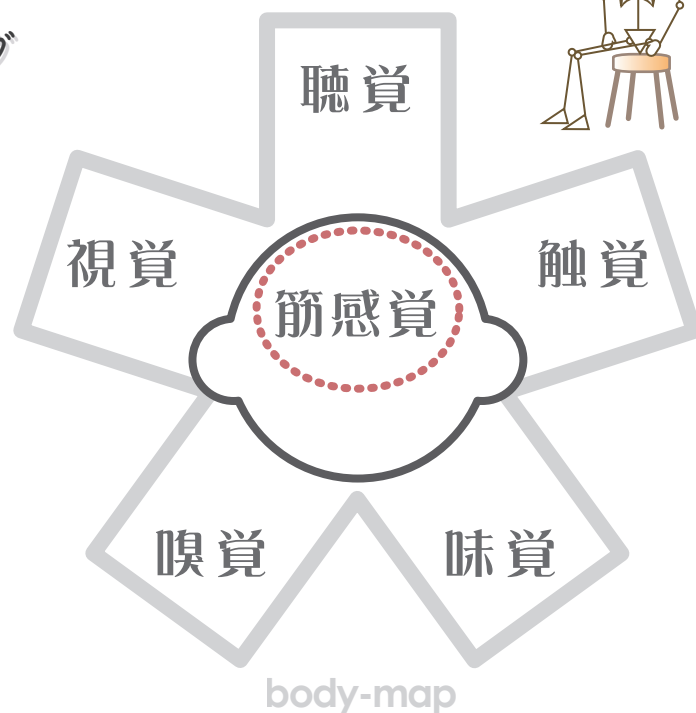
Season 1 & Season 3

ひとりでワークしているんだけど、  
いまいち演奏に活かされていない気がする…  
レッスンのときは  
すごくラクにできたはずんだけど…  
やり方、これであっているのかなあ？  
こんな声がよせられています。

カラダの動きを脳に伝達することで  
筋感覚が覚醒されて演奏はラクラク！  
オンラインなら  
集まっても気兼ねなくできますもんね。

<Season1>のテーマは『リセット』です。  
疲れて硬くなったカラダをほぐして  
活動しやすいカラダに整えましょう。

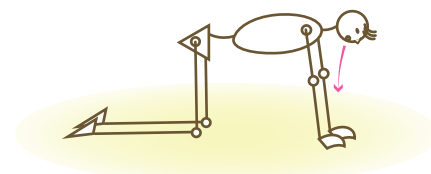
<Season3>のテーマは『動けるカラダ-2』です。  
活動しやすいカラダに整えて  
演奏に活かしましょう！



- 日程 日曜 Season1 クラス (時間 20:00~21:30) … 7月10、24日、8月7、21日、9月11、25日
- 火曜 Season3 クラス (時間 10:00~11:30) … 7月12、26日、8月9、23日、9月6、20日
- 木曜 Season3 クラス (時間 10:00~11:30) … 7月7、21日、8月4、18日、9月1、22日

○ウェビナー Google meet

○受講料 一括払い…\28,000円 (税込、6回分)  
分割払い…\11,000円 (税込、月2回分)



○講師 長井 芽乃 (ナガイカヤノ)

東京音楽大学 / 洗足学園音楽大学 非常勤講師  
米国 Body Mapping Educator 公認講師 / AEJ 理事  
日本コアコンディショニング協会会員  
アドバンストレーナー、ひめトレインストラクター  
いろは体操普及員、コアキッズ体操普及員  
シニアスペシャリスト

○申込締切 2022年7月2日(木)

※申込定員6名になり次第、早期締切とさせていただきます

