



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

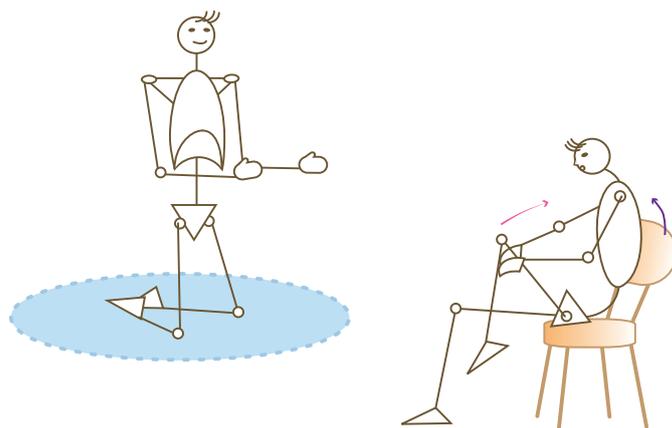
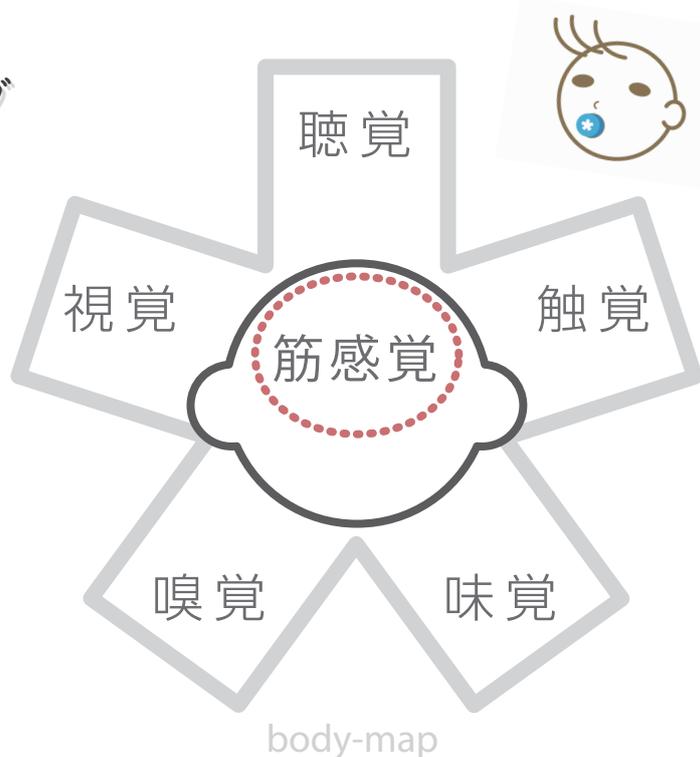
Season 11 & Season 13

毎日ワークしているんだけど、
いまいち演奏に活かしき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
どこからでも参加できます

<Season11>のテーマは『筋力アップ1』
カラダの深層部を中心に全身の筋力アップ！
とはいえ、いつものマッピング的ワークです
鍛えた感覚は…

<Season13>のテーマは『筋力アップ3』
カラダの深層部を中心に全身の筋力アップ！
今回も人の成長過程をヒントに
赤ちゃんの動きから学ぶと…



○日程 日曜 Season11 クラス(時間 20:00~21:30) … 1月12、26日、2月9、23日、3月9、23日

火曜 Season13 クラス(時間 10:00~11:30) … 1月14、28日、2月11、25日、3月11、25日

木曜 Season13 クラス(時間 10:00~11:30) … 1月16、30日、2月13、27日、3月13、27日

○ウェビナー Google meet

○受講料 一括払い…\28,000円(税込、6回分)

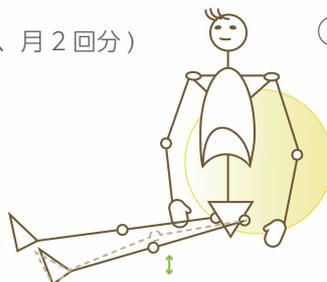
分割払い…\11,000円(税込、月2回分)

○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 2025年1月7日(火)

※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



お問い合わせ / お申し込み

<https://www.body-map.net>

E-mail: lesson@body-map.net

申込フォーム



body-map.net

演奏者のためのボディ・マッピング