



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・テクニークセミナー

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！～

部活動や音楽活動での悩みを持つ皆さんのためのセミナーです。
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・後輩とうまくいけない etc.

不安にならなくて大丈夫！バジル先生が皆さまのお悩みを解決します！

● 日 時：2017年11月23日（木・祝）14:00～16:00 ※途中休憩あり

● 会 場：内藤楽器 本店 5F

● 受講料：レッスン受講生：3,000円／聴講生：1,000円（各税込）

《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。

○レッスンを受けられない方も、姿勢や吹き方などの確認ができますので、よろしければ楽器をご持参ください。
（他の方がレッスンをしている間は音を出すことはできません。）

<使用教材> ※教材はなくても受講可能です。当日販売しております。

『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〕

講師 バジル・クリッツァー

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特別講師。
Body Chance所属アレクサンダー・テクニーク講師。
香港生まれ京都育ちのアメリカ人。エッセン・フォルクヴァング芸術大学（ドイツ）
ホルン科卒業。在学中、極度の腰痛とあがり症に悩み、それを乗り越えるためにアレ
クサンダー・テクニークを始める。●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。

●お問い合わせ／お申し込み

内藤楽器株式会社

〒400-0031 甲府市丸の内1-17-7

Tel. 055-235-7110 Fax. 055-235-7130

きりと線

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：

〒

学校名 / 所属団体名：

ご住所：

TEL：

☐ 学生

☐ 一般

☐ 聴講のみ ☐ 個人アドバイスレッスン受講（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。