

4 スタンス理論体験講座のご案内

音楽ユニオン中部、久々の『身体の使い方講座』、今回は京都から山崎恒太郎先生をお招きして4スタンス理論体験講座を企画してみました。

4スタンス理論は「このタイプはこうあるべき!」というような方法論ではなく、動作の安定性を実現した結果、それぞれのタイプの特性が自然と出てくるといいう理論です。どんな楽器であっても動かすのは人間の身体であるので、4スタンス理論にもとづき、それぞれの楽器に合った身体の使い方を実践していきます。

〔日時〕 2023年5月9日(火) 14時~17時

(終了時間は多少のびる可能性もあります)

〔会場〕 演劇練習館アクテノン 大練習室1

名古屋市中村区稲葉地町1丁目47番地 052-413-6631

〔講師〕 山崎恒太郎先生

トランペット奏者、(一社)レッシュ・プロジェクト公認マスター級トレーナー

〔料金〕 音楽ユニオン会員と学生(大学生含む) 3,500円、非会員一般 4,500円

〔定員〕 10名程度(要申し込み)

〔講座内容〕

- ・4スタンス理論について
- ・基本の立ち方と座り方
- ・筋肉を緩め、身体の軸を整えるリポーズエクササイズ
- ・楽器演奏への応用
- ・質疑応答、個別対応

〔お知らせ〕

- ・理論の特性上お体に触れる必要があります。
- ・エクササイズをいくつか行うため、動きやすい服装でお越しください。
- ・ヨガマットもしくは大きめのタオルなどをご持参ください。
- ・楽器をお持ちください。楽器の持ち込みは複数でも構いません。
- ・打楽器(太鼓)の方は、簡易的な練習台であればこちらで用意することが可能です(1つのみ)。
- ・ピアノは会場にございます。事前にお知らせください。



お申し込みは、ホームページ (<https://unionchubu.bakufu.org/>)
または、右の QR コード (申込フォーム) からお願いいたします。
お問合せ：中部地方本部 E-Mail：musicunionchubu@gmail.com

日本音楽家ユニオン中部地方本部