

からだで声を聴いてみませんか？

…アレクサンダー・テクニークを使って…



からだには本来人が持っている生き生きとした勢いで満ちています。

そしてそのからだは、あなたの"こころ"や"あたま"と一緒に生きています。

そのからだを通して、あなたの声を聴いてみませんか？

アレクサンダー・テクニークとは：俳優だった F.M. アレクサンダー (1869～1955) が舞台上で声が出なくなったことから、自分自身がいつどのように何をしているかを観察し、作った『自分自身の使い方』です。

対象者：女性ならどなたでも

場 所：フェミニストカウンセリング堺講座室

日 程：2025.4/18、5/9、23、6/13、20、7/4

受講料：6回通し 15,000 円(1回 3,000 円)

時 間：14：00～16：00

定員：5名(先着順) ※通しでなくても大丈夫です。

●お問い合わせ・お申込み フェミニストカウンセリング堺

590-0077 堺市堺区中瓦町 1-1-4 辻野ビル2F

TEL:072-224-0663 FAX:072-224-0979

※HP の講座申込フォームからも申し込んでいただけます。

<http://www.fcsakai.net>

