

# からだで声を聴いてみませんか？

〜〜アレクサンダー・テクニクを使って〜〜



生まれてから、

ずっと一緒にいるからだ。

からだには、本来人が持っている生き生きとした勢いが満ちています。

そして、からだはこころやあたまと一緒に生きています。

からだは生きるために食べ、歩き、声を出し、人と話します。

そして暮らしを紡いでいきます。

あなたの声から何が生まれるかやってみませんか、アレクサンダー・テクニクを使って！

アレクサンダー・テクニクとは：

シェイクスピアの朗唱家であった 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、作り出した『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：2023年4/12、26、5/10、24、6/7(水)

受講料：5回通しで12,000円(1回、3,000円)

時 間：14:00~16:30

定 員：3名(先着順)※今回は通しでなくてもOKです。

講師 森本まり子：アレクサンダー・アライアンス・ジャパン 2020年卒業(JATS日本アレクサンダー・テクニク協会会員)

これまで演劇、ヨガ、韓国舞踊、フェミニストカウンセリング等を学びました。

●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.com/>

