

2/27(火) Voice Yoga 受講料 ¥3,000

歌うには呼吸法が大事！ヨガのRiYon先生を迎えて、専門プロに呼吸法、姿勢を学びましょう！
また、ヨガと合わせて、本校の講師、大坂朋子先生が発声を行います！
ヨガと発声で、心も身体もリフレッシュしましょう！！

グループレッスン (各レッスン定員は6名)

- 1) 14:00~15:00 (ヨガ全くの初心者)
- 2) 15:30~16:30 (ヨガ初心者~)

用意していただくもの

動きやすい服装 (ジーパンではない伸縮性のある服装、着替えは教室でできます)
汗拭き用タオル、バスタオル (ヨガマットの代わり)、お水

Ri Yon

呼吸と身体の連動をヨガのポーズを通して行い、更に深い呼吸へと導く指導をしています。
普段当たり前にしている呼吸は、身体へだけでなく感情、心へも大きく影響を与えています。

東京・大井町を拠点に活動。その他、神奈川でレッスンを行っています。



Ri Yon先生より一言

今回のワークショップでは、呼吸法と姿勢をテーマに皆さまのボイストレーニングや日常生活に活かしていただけるようなレッスン内容で考えております。
皆さまとスタジオでお会いできる日を楽しみににしています!!

ご予約はメール vocalschooldada@gmail.com にお問い合わせ致します。