

モデルプラン② アレクサンダーテクニック重視プラン

正しい身体の使い方を見つけて演奏に変化を与えたい！

* パートごとにアレクサンダーテクニックのレッスン時間を設けることで、より一人一人に合わせたアドバイスを受けることができます。

		1日目			
		ヴァイオリン (高木和弘)	ヴィオラ (扇慎也)	チェロ (江口心一)	コントラバス (富永八峰)
I	10:00	<全楽器合同> アレクサンダーテクニックセミナー			
	10:30				
	11:00				
	11:30				
		昼食休憩(60分)			
II	13:00	アレクサンダーテクニック レッスン	パートレッスン	パートレッスン	パートレッスン
	13:30				
	14:00				
	14:30				
		休憩(30分)			
III	15:30	パートレッスン	アレクサンダーテクニック レッスン	パートレッスン	パートレッスン
	16:00				
	16:30				
	17:00				
		夕食休憩(90分)			
IV	19:00	<全楽器合同> 合奏			
	19:30				
	20:00				
	20:30				
		終了			

		2日目			
		ヴァイオリン (高木和弘)	ヴィオラ (扇慎也)	チェロ (江口心一)	コントラバス (富永八峰)
I	10:00	<全楽器合同> 合奏			
	10:30				
	11:00				
	11:30				
		昼食休憩(60分)			
II	13:00	パートレッスン	パートレッスン	アレクサンダーテクニック レッスン	パートレッスン
	13:30				
	14:00				
	14:30				
		休憩(30分)			
III	15:30	パートレッスン	パートレッスン	パートレッスン	アレクサンダーテクニック レッスン
	16:00				
	16:30				
	17:00				
		夕食休憩(90分)			
IV	19:00	<全楽器合同> アレクサンダーテクニックセミナー			
	19:30				
	20:00				
	20:30				
		終了			