

モデルプラン② アレクサンダーテクニーク重視プラン

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ー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	ヴィオラ	チェロ	コントラバス				
		(高木和弘)	(扇慎也)	(江口心一)	(冨永八峰)				
I	10:00	4 A W III A III >							
	10:30								
	11:00	707737 77- 7237							
	11:30								
	12:00	■ 昼食休憩(60分)							
	12:30 13:00								
	13:30								
п	14:00	アレクサンダーテクニーク 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				
	14:30								
	15:00								
	15:30								
ш	16:00	パートレッスン	アレクサンダーテクニーク レッスン	パートレッスン	パートレッスン				
	16:30	7. 1237.2	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	7. 10000	1537.5				
	17:00								
	17:30 18:00								
	18:30								
	19:00								
	19:30	A A HARD A TO A							
IV	20:00								
	20:30								
	21:00 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 (冨永八峰)			
I	10:00 10:30 11:00 11:30	<全楽器合同> 合奏						
	12:00 12:30	昼食休憩(60分)						
п	13:00 13:30 14:00 14:30	パートレッスン	パートレッスン	アレクサンダーテクニーク レッスン	パートレッスン			
	15:00	休憩(30分)						
ш	15:30 16:00 16:30 17:00	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ーク レッスン			
	17:30 18:00 夕食休憩(90分) 18:30							
IV	19:00 19:30 20:00 20:30	<全楽器合同> アレクサンダーテクニークセミナー						
	21:00							