

「腹式呼吸」 あなたはできていますか？

腹式呼吸により横隔膜を動かす事によって自律神経の調整に役立ち、更に血液循環を良くして免疫機能を高めることが出来ます

小文式「腹式呼吸」体験レッスン

～参加者募集～

ご自分で歌いたくても”息”が無くては声になりません！

どんなジャンルの歌を歌うにしても、まず発声法を習いますが、その前に“息”の使い方（腹式呼吸法）を身につけることが大切です。

小文式腹式呼吸は、どなたでも判り易く短期間で息の使い方が分かる腹式呼吸訓練法です。

楽しく歌え、聴く人を感動させる発声になりますよ！

腹式呼吸は難しい、なかなか覚えられないと思っている貴方、一度試してみられたらどうでしょう？

（小文式腹式呼吸：臨床音声医である文珠敏郎先生が音声治療のための基本訓練法として考案された方法。著書「声の悩みを解決する本」）

7/26（月）. 8/23（月）. 9/6（月） 11時～12時

参加費 2000 円

講師 森本 まどか
声楽家・音声訓練士

お問い合わせ・お申し込み

松虫音楽堂

salon@ladies.jp

06-6624-0559

感染対策として

窓を全開にして換気扇、空気清浄機を使用
しています。レッスン中のマスク着用お願
いしております。

