



音楽家のためのコナブルのボディ・マッピング®  
浅春の比叡山合宿



主催：body-map.net 長井芽乃

秋も深まり冬の足音が聞こえて参りました。皆様いかがお過ごしでしょうか？  
 この度、浅春の比叡山合宿を企画いたしました。プロ、アマ問わず、すべての音楽家がもっと元気になるための会です。都会の喧騒からちょっと離れた山の中の高級ホテルで、Let's play the Music!

◆◆◆ 各コースのご案内 ◆◆◆

**Aコース**

～演奏家・音楽指導者のためのプログラム～

- ◆ 対象 演奏家や音楽指導に携わるすべての方
- ◆ 日程 2014年2月28日(金)～3月2日(日) 2泊3日 7食 指定駅からの送迎バス付

	9:00	12:00	13:00	15:00	18:00	20:00
2/28(金)		11:00 京都駅発～ホテル (バス送迎)	ウェルカム・ ランチ パーティー	"音楽家ならだれでも知っておきたい「からだ」のこと" コースプログラム 一日目	(夕食)	カラダ ゆるゆるSP
3/1(土)	(朝食)	"音楽家ならだれでも知っておきたい「からだ」のこと" コースプログラム 二日目	(昼食)	"音楽家ならだれでも知って おきたい「からだ」のこと" ミニクラス	(夕食)	リサイタル &懇親 パーティー
3/2(日)	(朝食)	音楽指導のための ボディ・マッピング	(昼食)	カラダとココロの基。 音楽家のための 【食】のお話	スチューデント コンサート	17:00 ホテル発～京都駅 (バス送迎)

※ この時期は天候によってホテルまでの道のりが凍結し、ご自身の運転で向かうには困難を伴うことが予想されますので、どちらさまもお迎えのバスをご利用ください。また、送迎バスにご乗車までの交通費は各自でご負担ください。

◆ コース内容

- ウェルカム・ランチパーティー
- “音楽家ならだれでも知っておきたい「からだ」のこと”コースプログラム
- カラダゆるゆるストレッチポール® ～演奏家のための SP 活用クラス～
- 音楽指導のためのボディ・マッピング ～キッズ&ジュニア指導のレポート～
- カラダとココロの基。音楽家のための【食】のお話
- Aコース参加者&ロッド先生によるミニリサイタル&懇親パーティー
- “音楽家ならだれでも知っておきたい「からだ」のこと” ミニクラス(参加自由)

**オプション(要予約、別料金)**

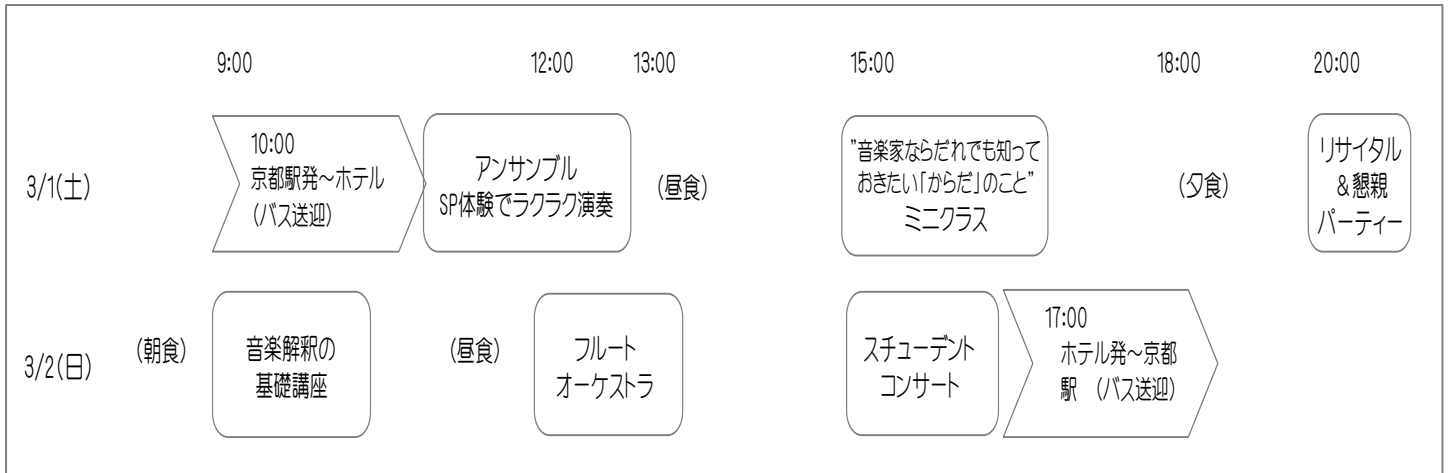
- ロッド先生 個人レッスン(通訳付き)…¥4,000/30分
- 長井芽乃先生 個人レッスン…¥4,000/30分

※ピアノ以外の大型楽器、特殊楽器の方はご相談ください。

## Bコース

### ～フルート奏者のための初めてのボディ・マッピング&音楽の基礎～

- ◆ 対象 フルートを演奏する方 (※12歳以下の場合は保護者の方が同伴してください。)
- ◆ 日程 2014年3月1日(土)～3月2日(日) 1泊2日 4食 指定駅からの送迎バス付



※ この時期は天候によってホテルまでの道のりが凍結し、ご自身の運転で向かうには困難を伴うことが予想されますので、どなたさまもお迎えのバスをご利用ください。また、送迎バスにご乗車までの交通費は各自でご負担ください。

#### ◆ コース内容

- “音楽家ならだれでも知っておきたい「からだ」のこと” ミニクラス
- Aコース参加者&ロッド先生によるミニリサイタル&懇親パーティー
- ロッド先生による音楽解釈の基礎講座 for Flutist & Others
- フルートオーケストラ
- ストレッチポール® (SP) 体験でラクラク演奏
- 個人&アンサンブル練習
- スチューデント・コンサート

#### オプション (要予約・別料金)

- ロッド先生 個人レッスン (通訳付き) …¥4,000/30分
- 長井芽乃先生 個人レッスン…¥4,000/30分
- 基本は B コース参加ですが、この機会に“音楽家ならだれでも知っておきたい「からだ」のこと”コースプログラムを受講ご希望の方は、28日から参加することも可能です。その場合はコースプログラム受講料金 (¥18,000) + 追加宿泊料を加算させていただきます。

## ◆◆◆ 宿泊、料金について ◆◆◆

宿泊先 ロテル・ド・比叡 京都市左京区比叡山一本杉 <<http://www.hotel-hiei.jp/index.php>>

宿泊受講料

	宿泊+受講料=合計	12/28 までにお申込みの場合
A コース	¥59,725-	¥56,325-
B コース	¥30,700-	¥29,100-

(税込)

※12月28日までにお申し込み頂いた場合は、上記金額の受講料分より 10%割引いたします。

### | 宿泊オプション料金 |

- **シングルコース**のお部屋に変更の場合、一泊あたり¥3,150の追加料金を頂戴いたします。
- 基本はツインのお部屋ですが、お仲間3名で参加の場合は**トリプルコース**も可能です。トリプルのお部屋に変更の場合、一泊あたり¥1,050を割引いたします。
- ご家族様など受講生以外の**同伴者のご宿泊**も可能です。
- **お子様の宿泊料金**その他につきましてはお問い合わせください。
- もう1日早くや、延泊もご利用いただけます。宿泊料金その他につきましてはお問い合わせください。

## ◆◆◆ お申込み受付完了までの流れ◆◆◆



### ① お申込み

下記のいずれかの方法でお申込みください。お申込みいただいた後、1週間以上経ちましても担当者より連絡がない場合は、迷惑メールフォルダなどをご確認のうえ、お手数ですがお電話(080-9684-2567)にてお問合せください。

#### <郵便の場合>

申込書に必要事項をご記入の上、  
〒231-0836 神奈川県横浜市中区根岸町3-148-3 宇佐美淑子 までお送りください。

#### <Eメールの場合>

件名に「BM 合宿申込み希望」と記入し、申込書と同内容を **moushikomi@body-map.net** まで送信してください。

#### <webサイト>

長井芽乃公式サイト <<http://www.body-map.net>> **What's New** → **合宿案内** よりお申込みください。

※ Eメール/webサイトよりお申込みの場合、こちらからの返信メッセージが受信できるよう、セキュリティ設定などのご確認をお願いします。(webメールや携帯メールをご利用の方は特にご注意ください。)

※ 12月28日(土)までにお申込の場合10%割引適用となります。

※ お申込の最終締め切りは1月28日ですが、定員になり次第締め切りとさせていただきます。

### ② 担当者よりご入金方法のお知らせをいたします

### ③ ご入金

### ④ お申込み完了

#### ◆お問合せ

電話番号：080-9684-2567 (担当 中山)

E-mail アドレス：**moushikomi@body-map.net**

## ◆◆◆ 講師プロフィール ◆◆◆

### ◆ ながいかやの 長井芽乃 (コナブルのボディ・マッピング®、フルート)

アンドーヴァー・エドゥケーター フルード奏者<<LRSM>>東京音楽大学非常勤講師。

大阪音楽大学短期大学部、英国王立音楽大学にてフルードを学び、京都にて初リサイタルを開催後フリーランスのフルード奏者/指導者として活動している中、脳科学を基盤にした世界でも注目をあびている新しいスタイルの音楽“身体”教育であるコナブルのボディ・マッピング®と出会い、2003年オレゴン州ポートランド (USA) にてバーバラ・コナブルにアンドーヴァー・エドゥケーターとして認定され、現在日本では5名という希少な資格を有する一人である。2004年8月英国フルード協会主催フルードコンベンションにて講演。また2010年にはウィリアム・ベネットフルードサマースクールにてボディ・マッピングのクラスを担当するなど、楽しくわかりやすく、役に立つレッスンはプロフェッショナルな音楽家を始め音楽愛好家たちから信頼を得ている。日本コアコンディショニング協会 (JCCA) 会員。JCCA 認定アドヴァンストトレーナー、シニアスペシャリスト、ひめトレ認定講師、キッズ体操普及員。

公式サイト<<http://www.body-map.net>>

### ◆ ロデリック シード Roderick Seed (音楽の基礎、フルード)

英国人フルード奏者。

英国王立音楽院卒業後、ブリティッシュ・コロンビア大学大学院 (カナダ) に留学。ソリストとしてオーケストラとの共演やリサイタルの開催、またオーケストラ奏者としての活動も多い中、恩師であるウィリアム・ベネット氏主催のサマースクールではアシスタント講師として携わるなど、音楽&フルード教育の面でも信頼を得ている。

2010年アレキサンダー&ブオノ国際フルードコンクール (New York) 1位。オーレル・ニコレ国際フルードコンクール (北京) 2位。ロンドン・コンチェルト・コンペティション/ソリスト賞 (1位) 等、受賞歴多数。

ウィリアム・ベネット、ケイト・ヒル、パトリシア・モリス、ローナ・マギー、セバスチャン・ベルの各氏に師事。現在、東京在住。

## アシスタント講師

### ◆ うさみよしこ 宇佐美淑子

洗足学園大学音楽学部にてフルードを学ぶ。現在、各地の病院や小中学校で演奏活動を行い、後進の指導でも活躍中。聖光学院管弦楽団団員、ハタ楽器 (株) 音楽教室フルード講師。日本コアコンディショニング協会 (JCCA) 会員、JCCA 認定アドヴァンストトレーナー、いろは体操普及員。

### ◆ なかやまゆうこ 中山優子

武蔵野音楽大学音楽学部にてピアノを学ぶ。現在、様々な演奏会でソロや伴奏ピアニストとして演奏活動を行い、ヤマハ系音楽教室や個人音楽教室、自宅教室にて後進の指導にも力を注いでいる。JCCA 認定ベーシックセブニンストラクター、キッズ体操普及員。