



演奏者のためのボディ・マッピング

BODY MAPPING FOR MUSICIAN

みんなでワーク

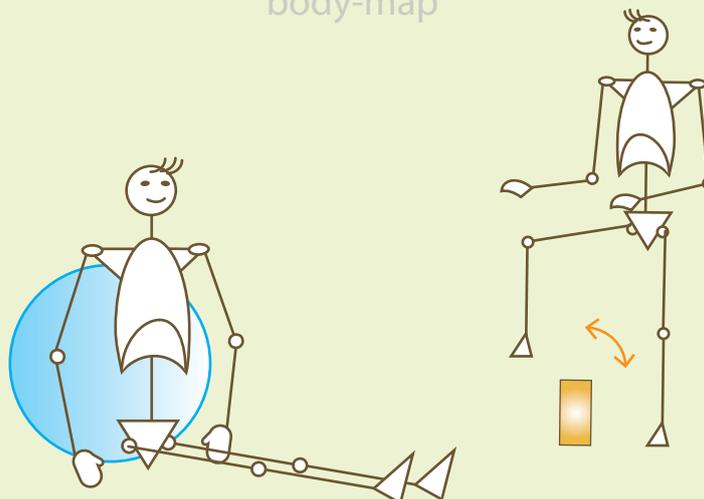
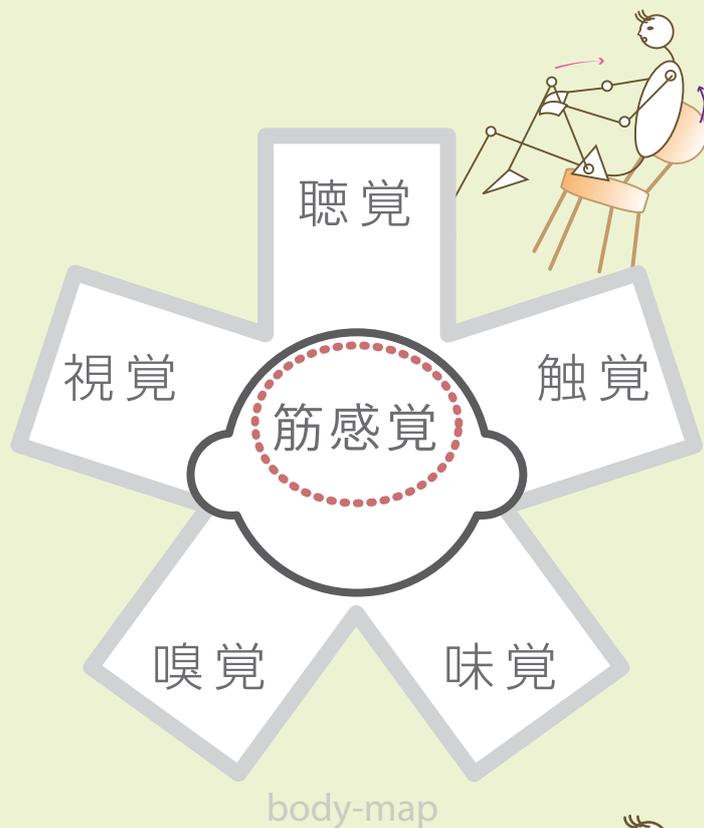
Season 3 & Season 5

毎日ワークしているんだけど、
いまいち演奏に活かしきれていない気がする…
レッスンのときは
すごくラクにできたはずんだけど…
やり方、これであっているのかなあ？
こんな声がよせられています

カラダの動きを脳に伝達することで
筋感覚が覚醒されて演奏はラクラク！
オンラインだから
どこにいても参加できます

<Season3>のテーマは「**動けるカラダ-2**」
活動しやすいカラダに整えて
演奏に活かしましょう！

<Season5>のテーマは「**安定感-2**」です。
より安定したカラダに整えて
省エネ&パワフルな演奏！



- 日程 日曜 Season 3 クラス (時間 20:00~21:30) … 4月5、19日、5月10、24日、6月14、28日
火曜 Season 5 クラス (時間 10:00~11:30) … 4月14、28日、5月12、26日、6月9、23日
木曜 Season 5 クラス (時間 10:00~11:30) … 4月9、23日、5月14日、28日、6月11、25日

○ウェビナー Google meet ※欠席の回は録画で独習、または他クラスに振替参加していただけます

○受講料 一括払い…\28,000円 (税込、6回分)
分割払い…\11,000円 (税込、月2回分)

※13 season 既参加の方の受講料は 10%off

○申込締切 2026年4月8日(水)

※申込定員6名になり次第、早期締切とさせていただきます



○講師 長井 芽乃 (ナガイカヤノ)

東京音楽大学 / 洗足学園音楽大学 非常勤講師
米国 Body Mapping Educator 公認講師 / AEJ 理事
日本コアコンディショニング協会会員
アドバンストレーナー、ひめトレインストラクター
いろは体操普及員、コアキッズ体操普及員
シニアスペシャリスト



お問い合わせ / お申し込み

<https://www.body-map.net>

E-mail: lesson@body-map.net

申込フォーム

