歌う呼吸学校

2027年2月23日（火祝）

無料講座：12:00〜13:00（受付11:30から）

有料講座：13:00〜16:30

（詳細はホームページでご確認ください）

お申し込みは
「歌う呼吸学校」で検索か
QRコードから！

会場：としま区民センター4F和室
（JRほか各線 池袋駅東口より徒歩7分）

東京都豊島区東池袋1-20-10
TEL: 03-6912-7900

受講料
一般：4,000円
学生：3,000円
※定員30名
　軽く動ける服装でお越しください。

お問い合わせはメールでも
infor@wpjapan.com
（infoのあとに r がついていますのでご注意ください）

歌う呼吸学校について

脱力法、立ち方、呼吸筋トレーニングなどを実習する3時間半。腹腔を取り巻く筋肉群、四種類の腹式呼吸、満息域と空息域など理論についても解説します。本プログラムの経験が豊富な現役声楽家の高橋薫子先生、平井香織先生、佐橋美起先生、三浦志保先生からは実践的なアドバイスをいただきます。※4名全員が毎回出席されるとは限らないことをご了解ください。

呼吸法の基本から実習しますので、どなたでもご参加いただけます。 無料講座は、毎回テーマを決めて深く掘り下げる練習会です。

講師は黒坂洋介。著書に『呼吸を変えれば音楽は変わる』『ひとりで呼吸法ばかりやってきた』『呼吸研修テキスト』『ミニマリストは電気呼吸の夢を見るか？』『ひたすら繰り返す一秒瞑想』『呼吸学校習得の10ステップ』『はじまりはスローウォーク』『呼吸法6つの基本』『呼吸法を毎日2時間するようになって見つけたこと』『呼吸物語ガイドブック』など多数。ポッドキャスト「水に学ぶ呼吸学校」を配信中。