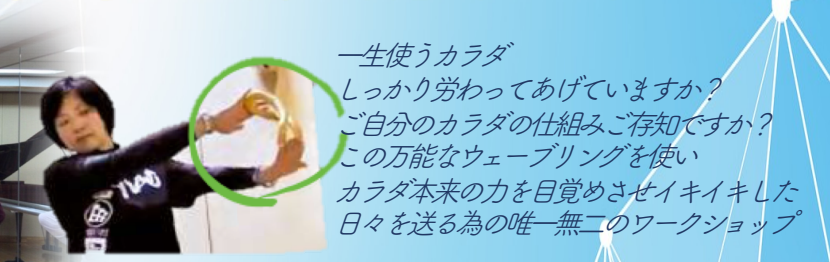


ママとおばあちゃんの ～家族の為のメンテナンスDay～

ピアニストとメンタル×フィジカルトレーナーが贈る
家族を支える方々に向けた
心とカラダの不調をリセットコンディショニング
＝産後のママさんから猫背姿勢の多い主婦業に最適な内容です＝



一生使うカラダ
しっかり労わってあげていますか？
ご自分のカラダの仕組みご存知ですか？
この万能なウェーブリングを使い
カラダ本来の力を目覚めさせイキイキした
日々を送る為の唯一無二のワークショップ

＝プログラム＝

- ① プロの演奏をそのまま聴いてみる
- ② カラダの不調の原理を知る
知っ得『カラダ不調解体新書』
- ③ どなたでも年齢関係なく自分で出来るパターン別
セルフコンディショニング (整える)
・緩める・伸ばす・目覚めさせる・引き締める
- ④ プロのピアニストによる最高の演奏を
スペシャルな聴き方で寝て感じて楽しむ

月 日

場所

時間

定員

名

参加費

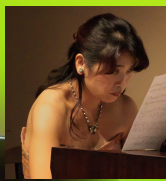
持ち物

ヨガマット

タオル



松澤亜希子 AKIKO MATSUZAWA ジャズタリンク代表
パフォーマンスコーチ トータルゴルフフィットネス所属
ゴルフコーチ/パーソナルトレーナー/メンタルトレーナー
ウェーブリング協会認定トレーナーその他資格多数あり。
HarmonianSymphony 理事長、プロデューサー。
ゴルフのトップアマを始め、日本代表ジュニア選手などの育成に携わる。
プロゴルファーのマナー・マネジメント、トップアマの指導などを行う。
また、音楽の力を借りて豊かな国づくりを目標として、トップを目指す
演奏家のフィジカル&メンタル指導を行う傍、家庭の太陽であるお母さん
の健康こそが世の中を変える要となると確信し女性への健康指導やアス
リート以外にも障害のある者の方に向けてなど運動指導にも力を入れて
いる。



KUNIKO ピアニスト 音楽家 音×恩おくりプロジェクト代表
ハ東京音楽大学付属高校、同大学卒業。
ハンガリー国立ブラジリスツリスト音楽院教授であり
ウィーン国立音楽大学教授カールマンドラフィに長きに渡り師事。
ショパンコンクール伝説のピアニスト、ケマル・ゲキチはじめ、
ファルカシュ・ガーボルなど世界的ピアニストに薫陶を受ける。
また、故小山貞子氏の影響を大きく受け後進の育成に尽力。
貢献事業「音×恩おくりプロジェクト」のリーダーを務める。
東京オペラシティにて行ったソロリサイタルを機に奏種開始。
ピアノ協奏曲ソリストとして招かれ多数のオーケストラと演奏。
ソロのみならずアンサンブルピアニストとしても全国的に活躍する
オールラウンダーである。

