

身体、意識、心、トータルでの「自分」
その「自分」の使い方を学び、
より自由な心身と表現へ



Oyama

妙建寺あんのんホール（小山駅西口より徒歩10分）
住所: 栃木県小山市宮本町1-1-17（妙建寺境内）

<アレクサンダーテクニーク&歌 個人レッスン>

大人 1レッスン1時間
・3回分前納 1万8000円
小学1〜4年生 1レッスン40分
・3回分前納 1万2000円

<アレクサンダーテクニーク 個人レッスン>

初回1時間 6000円
2回目以降45分 3回分前納1万5000円

※1回ずつレッスンは各前納1回分+1000円

2020年4月18日スタート

<アレクサンダーテクニークと歌 グループレッスン>

毎月第3土曜 9時30分〜11時00分
開場 9時15分 ※定員15名（要予約）
3回券 7000円（15分の個人レッスン1回を含む）
1回 2500円

教材費 1000円（1年間使用、初回のみレンタル可）

※開講日は月により変更になる場合もございます。

<グループレッスン・持ち物>

- ・ヨガマット（レンタル有）・飲み物
- ・新書か文庫本4〜5冊（頭の下に置きます）



Tokyo

<アレクサンダーテクニーク&歌 個人レッスン>

恵比寿（JR恵比寿駅より徒歩2分）

1レッスン 55分
3回分前納 1万7000円
1レッスンずつ 6000円

※スタジオ代は生徒さんにご負担頂きます。

<アレクサンダーテクニーク 個人レッスン>

麻布十番（麻布十番駅より徒歩1分）

1レッスン 45分
3回分前納 1万7000円
1レッスンずつ 6000円

※スタジオ代込

※18時以降のレッスンは1000円の追加料金が発生します。

※詳しい場所の情報は、レッスンを受けられる方にお知らせ致します。

コンサートやレクチャーコンサート、また合唱団、オーケストラ、学校、企業様などより、アレクサンダーテクニークや歌のワークショップ承ります。ご相談ください。

<講師プロフィール> 西口彰子（にしぐちあきこ）

ソプラノ歌手。英国アレクサンダーテクニーク教師協会（STAT）認定教師。小山市出身。宇都宮女子高等学校卒業。東京藝術大学卒業後、同大学院を経て、渡米。マネス音楽院よりスカラシップを得て、マネス音楽院修士課程、及びプロフェッショナル・スタディ・ディプロマコース修了。在学中、音楽院とメトロポリタン歌劇場が提携して行ったプロジェクト「Vocal mentorships」に参加、声楽指導を学ぶ。2009年より国内外でリサイタルを開催。2011年「ナクソス島のアリアドネ」イスラエル公演ナヤデ役にてオペラデビュー。2014年よりドイツ、イタリアにて活動、数々のコンクールに受賞。2015年帰国。東京藝大シンフォニーオーケストラ、群馬交響楽団、東京フィルハーモニー、MCFオーケストラとちぎなどと共演。自身でも数多くのコンサートを企画。歌を通して人間の心身の働きに深い興味を持ち、2016年よりアレクサンダーテクニークスタジオ東京にて学ぶ。資格取得に必要な1600時間以上の訓練、英国教師協会からの審査を受け、2019年教師資格を取得。とちぎ未来大使。小山評定ふるさと大使。二期会会員。STAT会員 公式ホームページ: <http://akiko-nishiguchi.net>

<注意事項>

- 動きやすい服装でお越しください。（靴下の着用お願い致します。スカート、短いズボン、ノースリーブ、ご遠慮下さい）
- 前納頂くレッスン代は、ご本人様のみご利用になれます。○前納頂くレッスン代の有効期限は、プライベート半年間、グループ1年間です。
- いずれのレッスンも、生徒さんのご都合による24時間以内のキャンセルは100%のレッスン代を徴収させて頂きます。
- 新規の方のご見学は、プライベートレッスンのみ、既にレッスンを受けている方のご紹介の方に限り可能です。
- 大人の男性の方のレッスンは、ご紹介の方のみとさせて頂きます。○お釣りのご用意ございません、レッスン代ご用意の上お越しください。
- 身体的な事情により外出が困難な方のみ、出張レッスン可能です。その場合、上記レッスン代に加えて交通費、別途出張費をご負担頂きます。
- アレクサンダーテクニークは学びであり、治療や施術ではありません。