



声を整える教室 はなすきく 10月よりスタート！

声を整えるレッスンは、

- ・ストレッチ
- ・身体のリラゼーション
- ・呼吸法&発声
- ・滑舌レッスン
- ・会話レッスン

計70分のトレーニング。

ストレッチから、ボールを使ったり軽い運動をしながらの発声まで、ゲーム感覚で楽しみながらのレッスンです。

深い呼吸と体を使っての発声
は心肺機能や免疫力を高め、
思いきり声を出すことは
ストレスの解消にも。

声を磨いて心身の
リフレッシュを図れます！

9月10日(日)

午前10:20~11:30

無料体験会

会場:リトルニューヨーク

丸の内線方南町駅 5分
〒168-0062 杉並区方南2-5-9
[方南中央通り商店街]

定員:12名

(お申込順。早めのご予約を！)

※詳しくは裏面もご覧ください。

声を整える教室



Hanasuki-ku

はなすきく

はなすきく

hanasuki-ku

〒168-0063 杉並区和泉1-19-1

TEL: 03-5300-8752



講師:三田朱美

ホームページ <http://hanasukiku.com/>