

1DAYレッスン(4月～6月)

ヴォーカリズム

ヴォーカリズムとは発声のメカニズムに沿って、身体の入口（のど）と出口（骨盤底）を鍛える新感覚のボイストレーニングです。
声の三大要素「呼吸」「発声」「共鳴」をもとに身体を内側から鍛えます。
健康的な声になること、誤嚥性肺炎の予防、骨盤底筋群の強化、表情筋の強化、唾液の分泌を促進させ風邪の予防が期待できます。

場所 奥戸総合スポーツセンター 温水プール館 第1スタジオ

対象・定員 高校生相当以上 10名

参加費 850円（税込）[773円（税別） 77円（消費税率10%）]

日程

時間	12：00～12：45
4月	10日(木)・17日(木)・24日(木)
5月	1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木)
6月	5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)

お問合せ 03-3695-9911

注意事項

- ・お電話または受付にてお申込みください。参加費は当日支払いとなります。
- ・キャンセルの場合は、前日までに当施設までご連絡ください。
- ・当日37.0℃以上の発熱がある方など体調不良の方はご参加いただけません。
- ・当日の入場開始時間は、レッスン開始10分前からとなります。
- ・予め、レッスンに参加できる服装でお越しください。

※画像はイメージです



葛飾区奥戸総合スポーツセンター 温水プール館・エイトホール