

楽しく歌おう♪

# 声乐 & ストレッチ



表情筋エクササイズ・ストレッチ・リズム体操・呼吸法などを  
取り入れた新感覚のボイストレーニング！！  
季節の曲、世界の名曲、J-POPまで思い切り楽しく歌いましょう♪

日時：1月 7・14・21日 (28日はお休みです)  
2月 4・25日 (11日・18日はお休みです)  
3月 4・11・18・25日  
【都度教室】 すべて水曜日 13:30-14:30 (1時間)

対象：18歳以上 定員25名  
(当日30分前受付・先着順 定員になり次第締切です)

場所： 剣道場 (またはエントランス)  
持ち物：ドリンク、動きやすい服装 ※楽譜は当日貸出となります

参加費：1回 おひとり1,200円  
お申込み：当日30分前 直接総合受付にて



体育館ホームページ



【お申込み・お問合せ】  
中野区立総合体育館  
03-5860-0024



講師 川辺 美沙  
カワベミュージックアトリエ