フェルデンクライスの　　支えって？呼吸のカギは？

声のための体のレッスン

支え

レッスン１ ／ レッスン２
9:30～　10:45～

11 月 26 日（日）
神戸市勤労会館（三宮）

呼吸

レッスン１ ／ レッスン２／ レッスン３
13:00～　14:15～　15:30～

12 月 9 日（土）
東灘区民センター（住吉）

各レッスン、**受講料　2,800 円**（65 分）　※事前振込み
※同日の連続受講は 500 円割引（3 レッスンは 1,000 円割引）
※ペア割引：お二人で 1,000 円割引　（3 週間前までのご入金で）

フェルデンクライスの　　動作が楽に、呼吸が楽に、痛みが軽く

体をもっと楽に使うレッスン

●元町（県民会館）

・レッスン１　9:30～10:35

・レッスン２　10:45～11:50

各レッスン　受講料 2,500 円
※同日の連続受講は 500 円割引

日程：10/21（土），11/11（土），12/17(日）

●西神中央（狩場プラザ集会所）

・毎週火曜　10:00～11:15

月謝 6,000 円（月 4 回）

※回数券（2,000 円/回）、ビジター参加（2,500 円/回）も可

●三宮（神戸新聞文化センター）

・第 1、3 金曜　13:00～14:10

・第 4 水曜　19:00～20:30

※こちらのレッスンのみ、お問い合せは

三宮 KCC　電話：078-265-1100

「フェルデンクライス」「西田佳代」でお尋ねください。

歌のための発声レッスン

●西神中央（春日プラザ集会所）

・毎週木曜　10:00～11:00

受講料 1,500 円/回　※回数券(1,250 円/回)も可

講師：西田佳代（国際フェルデンクライス連盟公認指導者、神戸新聞文化センター講師）

お問合せ
お申込み

ホームページ：　http://www.feldenkrais-kobe.com/
メール：kalaike@gmail.com

フェルデンクライス神戸