

## スタジオ・レイ 2019年度 新崎ベーシック 日程&カリキュラム予定表

各回とも 午後6時30分～8時20分

---

4月 1日 第1回 声の出るしくみ / 中心呼吸とは？

---

8日 第2回 ストレッチ ① / ストレッチの意義

---

15日 第3回 腰でため息をつく / ハミング

---

22日 第4回 ストレッチ ② / 腰が入る

---

5月 6日 第5回 共鳴 / 身体の響き

---

13日 第6回 ストレッチ ③ / 男女の骨格

---

20日 第7回 支えのイメージ / 音の芯

---

27日 第8回 ストレッチ ④

---

6月 3日 第9回 支えの筋肉 / 筋肉は回転で使う

---

10日 第10回 陰陽と食事

---

17日 第11回 顔の筋肉と方向 / 舌の使い方

---

24日 第12回 母音 / 響く場所 / ワンブレス・ワンロングトーン

---

7月 1日 第13回 立つ歩く ① / 脚の中心線 / ジャバラで立つ

---

8日 第14回 子音の滑舌 ①

---

22日 第15回 立つ歩く ② / 坐骨歩き / ねずみ足

---

29日 第16回 子音の滑舌 ②

---

8月 5日 第17回 脱力 / 使う筋肉・使わない筋肉

---

12日 第18回 脱力して発声 / いろんな体勢で発声 / 丹田

---

19日 第19回 ピアノで発声 / 母音のロングトーン

---

26日 第20回 ピアノで発声 / 50音のロングトーン

---

9月 2日 第21回 ピアノで発声 / スタッカート

---

9日 第22回 ピアノで発声 / 声を放り投げる / 3度5度の感覚

---

23日 第23回 ピアノで発声 / オクターヴ / 日々のレッスン

---

30日 第24回 ピアノで発声 / 50音のリズム / 表現の次元

※ 2019年3月時点の予定です。

※ レッスン内容は進行等によって変わることがあります。