

Feldenkrais® + 若返り術

『実践フェルデンクライス+α』第6回

要介護1・2の元気な高齢者向けの簡単、らくらく、覚えやすい体操を探している方 OTさん PTさん、
ハーモニー体操を新たな体操プログラムのアイデアづくりに活用しませんか？

2012年 10月28日(日)、11月25日(日) 9:30~17:00

会場: **やまぎわ整形外科** 京都市左京区田中上柳町11

参加料金: 各会一般 8000円、シニア 60歳以上、ご家族を介護中の方 3000円

個々の身体感覚と感性で多彩な活動に取り組むフェルデンクライス講師メンバーを招待しメソッドの生きた実践方法を全8回で実践研修する『実践フェルデンクライス+α』ワークショップ。「技法+アルファ」の「アルファ」こそが、その人の独自の身体法を生み出すキーになる。その「アルファ」をどう引き出すかを発見する場を提供します。第6回は、フェルデンクライス+α 高齢者若返り術 フェルデンクライスを見事に高齢者向けの楽しい気持ちよい体操に活用したコンラッドユーキフツェル氏をお迎えし、フェルデンクライスメソッド活用術の多様性を学び、身につけます。メソッドの経験の有無に関わらず参加いただけますよ。

◆Konrad Yuki Hutter (ハーモニー体操プロジェクト)

<http://www.kimochi.cc/>



『私は、フェルデンクライスをハーモニー体操づくりに活用しました。』

【トーク】フェルデンクライスを我流で使いこなすには、あなたの体+αを引き出すには。

【メッセージ】「技法+アルファ」の「アルファ」の部分こそ人生にとっては大事で、アルファを技法の一部にして初めて、その人への体のレッスンはオリジナルになる。今講座では、このアルファの部分をどのようなものにしていくか、いかにしてその人独自のものを発見し形にしていくか、ということを講習して行きたいと思います。

■早稲田大学大学院文学研究科卒業(心理学専攻) 在学中より襖張りの仕事を始め、襖屋グループの支援を受けオランダのトレーニングコースでフェルデンクライスを学ぶ。その後、タイに移住し、当地でレッスンをを行う。指導者の存在がない中でいかにして問題を解決するか、これこそがフェルデンクライスの指導者にとって重要なことだと実感。日本に帰国後、フェルデンクライスに加えて、問題解決能力のトレーニングを加えて、ハーモニー体操を作る。

◆小林みゆき (Movement Art Company 主宰)

<http://blog.goo.ne.jp/felcafe/>

【基礎・午前担当】丁寧で親身な指導で定評の講義と体験レッスンでメソッドの紹介を進めます。

【キーワード】動きの原点は、はじまり、まわり、へんか。



参加者の好きなアクティビティをレッスンに取り入れることでより定着度の高いレッスンを提供する。社会福祉施設、知的障害者施設、アート現場でフェルデンクライスを応用した支援を行う。生徒の主体性を生かし、生活環境を考慮した関わりを実践する。ダンサー、ピアニスト、シンガー、スポーツリハビリ、理学療法、子育て支援団体、知的しょう害支援施設とのコラボレーションワークショップの実績多数。様々な分野にメソッドを活かすプラクティショナーであると定評が高い。California Institute of the Art 舞踊科卒業。ハワイ州フェルデンクライストレーニング終了。実践フェルデンクライス+α ディレクター

〈ご連絡〉

Movement Art Company 『Feldenkrais+ハーモニー体操』係 [felcafe\(at\)gmail.com](mailto:felcafe(at)gmail.com)

1 氏名 2 住所 3 電話番号 4 メールアドレス 5 職業、又はご所属 6 ワークショップ参加理由を明記の上、上記 E-mail アドレスにお申し込みください。件名に『実践フェルデンクライス+α』とお書きいただけるとお申し込みのプロセスがスムーズに進みます。*こちらから折り返し参加料金の振込先をご連絡いたしますので、**7日前まで**にお振り込みください