

Cajónでアンチエイジング【若返り】



カホンビギナーコース開講

ペルー発祥の楽器、カホンの奏法を学ぶと同時に左右別々の動きにより前頭葉を活性化させ若返り効果が期待される健康型リズム講座、シニアのための初心者向けコースです。また手は『脳のアンテナ』と呼ばれるほど密に脳と関係しているそうです。手を動かすと脳の大部分が刺激されて、脳の血流が増え神経細胞のネットワーク作りが盛んに行われて脳が元気になるのです。しかし、慣れてくると・・・脳は活性化しません。簡単にできるようになってしまったらどんどん難易度を上げていくのがコツ簡単にできないリズムに向き合う日が訪れます。インナーマッスルを鍛えながら気分転換に頭の体操を楽しみましょう！



カホンとは(ペルー発祥の打楽器で持ち運びも便利でドラムのような使い方が出来ます)

講師 西川桂子：パーカッション&ドラム(カホン)

10歳でスティックを握る。一時は幼児教育の道に進むが、師、上川高儀氏との出会いによりヤマハPMSドラム講師を経て現在に至る。

広島を中心に活動する。ライブ、レコーディング参加をきっかけにフリーのパーカッショニストとして活動を開始。現在も演奏活動を続ける。

1997年～現在まで、自宅にて『ドラム幼稚園』と称してドラム初心者への教室を運営。バンド活動を始めた主婦や、学園祭で叩きたい高校生、発達障害の子供等、子供(4歳)～大人(60代)まで、それぞれの好み、ベースに合わせて個人レッスンを行う。2017年4月～広島サンプラザ・カルチャー教室にてカホン講座『アンチエイジング・ドラム』を開講。80年代の懐かしいサウンドを取り入れ奏法はもちろん、アンチエイジングを目標に今までにない音楽の楽しみ方を提案中。



♪ レッスン見学会日時：隔週木曜日10時より

♪ 会場：Pianostudioくれっしえんど(呉市広本町3-14-33黄色い壁が目印)

♪ 月謝：4,400円 入会金1,100円 楽譜は実費(カホンは用意します)

♪ グループレッスン【月2回 60分レッスン】

申込は pianostudio.kure@gmail.com

お問い合わせ 090-6409-9307 酒井まで



※カホン個人レッスン希望の方はご相談下さい

コロナウイルス感染対策について

グループレッスンの為、お越しの際はマスクの着用をお願い致します。入口には消毒液を用意しております。

また教室には換気扇及びサーキュレーター設置等の感染対策をしております。

※教室内は土足禁止のため感染防止対策として上履きを持参下さい。