

2015.12月号
ぽーこ あぽーこ



発行日:平成 27 年 11 月 24 日 発行所:Music Company 音楽教室 電:075-642-6822 / 090-7118-3048

お元気ですか？ 落ち葉が風に舞い、街はもうクリスマス色に染まっています。日ごとに冷気も加わりインフルエンザの流行る時期になりましたので、体調に気をつけてお過ごしください。

今月号は、「**クリスマスミニコンサート&お楽しみ会**」のお知らせです。今年の最終レッスンになりますので、参加出来ない生徒さんは早めに連絡してください。



クリスマスミニコンサート&お楽しみ会のお知らせ



♪ 幼児～小学生までの生徒さんの部 日時 12月23日(水) 14:00～16:00

プレゼント
忘れないでね



会費…500円(12月のお月謝と一緒に、当日までに納めてください)
持ち物…プレゼント交換の品(500円程度の品) 演奏する楽譜

おやつはミスタードーナツの予定です。苦手な生徒さんはおご連絡ください。尚、「クリスマスミニコンサート&お楽しみ会」は1レッスンとさせていただきます。

♪ **中学生の生徒さんの部** 日時 **12月26日(土)** **18:00~20:00**

会費…500円(12月のお月謝と一緒に、当日までに納めてください)
持ち物…プレゼント交換の品(500円程度の品) 演奏する楽譜

♪ **高校生の生徒さんの部** 日時 **12月25日(金)** 時刻は未定



会費…500円
(12月のお月謝と一緒に、当日までに納めてください)
プレゼント交換はありません!

♪ **「よくわかるピア/呼吸法①」** よくわかるピア/呼吸法より抜粋

今月は「肩ぐいぐい」です!

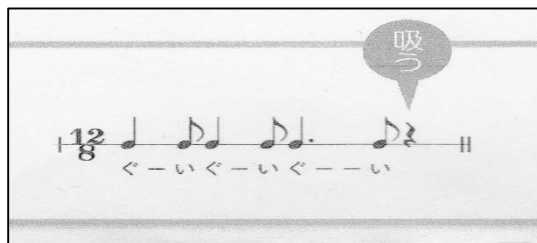
上下と前後に動かし、肩や肩甲骨まわりをほぐします。

おなかの筋肉も意識して行うのがポイント!!
8分の12拍子のリズムに合わせて、肩甲骨を閉じたり開いたり、なめらかに動かします。
上下・前後の後に、前まわし、後ろまわしも行いましょう。

肩こりの解消になりますよ!

Point!

肩と肩甲骨まわりをほぐす



♪ **お知らせ**

今年のレッスンは、クリスマス会で終了です。
来春のレッスン開始日については、12月増刊号(12月23日発行予定)でお知らせします。

