



それぞれのペースでゆっくり学び続ける

アレクサンダー テクニーク **個人** レッスン



脈々と流れ行く時間軸上に日常生活、仕事など様々な場面、状況があります。その一瞬一瞬で私たちはいったいどのように自己を使っているのでしょうか？ 私たち自身の「使い方」と「機能」は密接に関係し合い、抱く「考え」は活動にあらわれます。日々のあらゆる場面における活動の中で自己をみることを学びます。老若男女を問わず、思い立った時に受講できます。

アレクサンダー・テクニークをすでに経験済みの方も、まったく初めてという方も、茶飲みがたりしながら、おひとりおひとりにあわせレッスン・プランを組み立ててまいります。

●講師 やつかりようこ

●レッスン形態と受講料 ♪お茶付きです♪

基本的に個人レッスン 4,725 円（税込）／1回 45分
マンツーマンのレッスンです

お友達やご家族同士でいっしょに個人レッスンをシェアし合い、
小さなグループレッスンにすることもできます。

2人でシェアする場合 お一人あたり 4,725 円（税込）／1回 90分

3人以上でシェアする場合 お一人あたり 3,150 円（税込）／1回 90分

▷ ご予約が必要です。

▷▷ レッスン日につきましては、

ご予約の際にご希望の日時をいくつかお伝えください。

調整後、折り返しお返事させていただきます。

▷▷▷ 受講料につきましては、

当日お越しいただきましたら、2階受付窓口で現金にてお支払いください。

● お問い合わせ・ご予約はこちら…お電話、メールで承ります

TEL : 052-961-7707 E-mail : led@nagoya-ywca.or.jp

名古屋 YWCA 語学・教育部（担当：石垣）

名古屋 YWCA

〒460-0004 名古屋市中区新栄町2丁目3番地
地下鉄名城線・東山線「栄」駅5番出口より徒歩2分