



Concert

おすすめコンサート!!

音楽のある週末 第10・11回 仲道郁代~ショパンの世界~
時代を超えて、ショパンの世界を。
現代の楽器では失われてしまった何かを求めて…。

「音楽のある週末」シリーズでは、5月と6月、2回にわたって「仲道郁代~ショパンの世界~」をおおくりします。ただショパンを演奏するだけではない、特別な企画の内容を語っていただきました。

ショパンの時代の楽器と
現代のピアノとの聴き比べ

——第1回では、ショパンの時代のフォルテピアノ「プレイエル」と、第一生命ホールのピアノ「スタインウェイ」の両方で、ショパンのピアノ曲を演奏していただきます。

今回の「ショパンの世界」は、どちらも聴きものですが、まずはプレイエルと現代のピアノの聴き比べです。プレイエルを弾くと、ショパンがどのような音楽を書きたかったか、とてもよくわかります。ショパンが弾いていたころのピアノ(フォルテピアノ)から、現代のピアノになるまで、実はピアノは改良を重ねています。大きなコンサート会場で演奏するために、力強さや均一性が求められ、改良されて獲得したこともあるのですが、逆に失われてしまったこともあるのです。現代の楽器では失われてしまった何かを、プレイエルでは聴くことができます。それが、ショパンの音楽を弾く時にとても大事な部分だと思うのです。

——両方を一度に聴けるのがいいですね。

2台のピアノを並べて同じ曲も弾きますから、一目(耳?)瞭然(笑)。「ああ、なるほど」と思っていただけだと思います。また、第一生命ホールのサイズが、プレイエルをお聴きいただくのにちょうどいい

のです。細かなニュアンスをぜひ聴いていただけたらと思っています。

室内楽版 ピアノ協奏曲

——第2回では、ピアノ協奏曲を、弦楽四重奏といっしょに演奏していただきます。

これは目からうろこですよ。ショパンのピアノ協奏曲は、もちろんオーケストラと何度も弾いてきましたが、この弦楽四重奏版を演奏してみて、これがこの曲の本当の姿ではないかと思いました。オーケストラと演奏する時とはまったく別物、「室内楽」なのです。ピアノが「私がソロです」と、最初から最後まで頑張っているのです。通常は、ショパンのピアノ協奏曲では、ピアノだけが華やかにソロを演奏して、オーケストラ・パートは伴奏で、つまらないと言われています。ところが、弦楽四重奏版では、あるところでは弦楽器の方が美しいメロディーで、ピアノの細かな音はそのバックグラウンドの空気感を作るものであり、あるところではピアノが前に出て、5つの楽器がまるですてきな織物を織っているようにメロディーが絡み合うのです。ピアノと弦楽四重奏が、対等な関係でひとつの音楽を創ります。本当に目からうろこで、耳からうろこですよ(笑)。

——こちらはスタインウェイで演奏するのですね。

そうです。弦楽四重奏の演奏家もモダンの楽器ですから。ただこれまでプレイエルを弾いてきて、協奏曲もプレイエルで弾いてCDも録音しましたので、その感覚は私の中にあって、それまでのショ



© Kiyotaka Saito

パンの弾き方とはかなり変わってきました。ショパンがたぶんこういった歌わせ方、こういった音の使い方を望んでいたのではないかと推測できる場所があったので、それは現代の楽器でもなるべく活かして弾きたいと思います。ピアノが教えてくれることがたくさんあります。

「実はショパンの時代のフォルテピアノを買ってしまったの。もうすぐパリから届くのです」と本当に目を輝かせて幸せそうな笑顔の仲道さん。音楽が大好き、という思いが舞台から伝わってくるのが仲道さんの演奏会の一番の魅力かもしれません。2回にわたる「仲道郁代~ショパンの世界~」をたっぷりとお楽しみください。

【聞き手／文 田中玲子】

Profile

仲道郁代(なかもちち いくよ)

桐朋学園大学1年在学中に第51回日本音楽コンクール第1位を受賞。国内外での受賞を経て1987年ヨーロッパと日本で本格的にデビュー。温かい音色と叙情性、卓越した音楽性が高く評価され、人気、実力ともに日本を代表するピアニストとして注目を集めている。ソニー・ミュージックジャパンインターナショナルと専属契約を結び多数のCDをリリース。
<http://www.ikuyo-nakamichi.com>



第一生命ホール

3月7日発売開始(発売初日のみ10:00~受付開始)

音楽のある週末 仲道郁代~ショパンの世界 I・II~

【第10回】5月12日(土) 14:00

【スタインウェイでの演奏】

幻想即興曲op. 66/ワルツ第7番op.64-2/ワルツ第6番op.64-1「小犬」

【プレイエルでの演奏】

ワルツ第6番op.64-1「小犬」/エチュードop.25-1「エオリアンハーブ」/

エチュードop.10-12「革命」/エチュードop.10-3「別れの曲」/バラード第1番op.23

【スタインウェイでの演奏】

ワルツ第2番op.34-1「華麗なる円舞曲」/エチュードop.10-5「黒鍵」/

エチュードop.10-12「革命」/エチュードop.10-3「別れの曲」/ポロネーズ第6番op.53「英雄」

【第11回】6月23日(土) 14:00

ショパン:ピアノ協奏曲第2番/第1番(室内楽版)

■S席¥5,000 A席¥4,500 B席¥3,500 ヤング¥1,500 セット券S¥9,000(第10・11回)

田崎瑞博(チェロ／古典四重奏団)インタビュー

ボッケリーニといえば、いわゆる「ボッケリーニのメヌエット」だけが突出して有名で、他の作品はあまり知られていませんが、実は膨大な数の弦楽四重奏曲を作曲しています。当時は大変な人気だったというボッケリーニの知られざる魅力に、古典四重奏団が迫ります。チェロの田崎瑞博氏に聴きどころをうかがいました。

——ボッケリーニの作品ばかりを集めたプログラムを演奏していただきます。

ボッケリーニの弦楽四重奏曲は、同時代のハイドンやモーツァルトとも趣味が違い、しかも非常に完成度が高い。おおまかに言うと、ハイドンは遊び心もあるのですが「構築の人」、モーツァルトは完璧な美を求める「完成度の人」であるのに比べ、ボッケリーニは「飾りつけの人」だと思います。こんな飾りつけはしないだろう、というような飾りつけで、「ああ、きれいじゃない」と人に思わせる。彼の後期の作品には18世紀のものとは思えない大胆な転調があつて、すごく美しい。そういうところも大きな魅力かもしれません。

——田崎さんにとってボッケリーニの魅力とは？

たとえて言うなら「あまりに豊富なデザート」。だから楽しくておいしい。メインディッシュではありませんが、ひとつひとつが楽しくておいしい。別腹があつたらいくらかでも食べたくなる(笑)。



古典四重奏団 ©藤本史昭

——2月には、「ボッケリーニの世界へようこそ」と題したレクチャー・コンサートも行っています。

ボッケリーニの特徴を分かりやすくご紹介するため、同時代のイタリア、スペインの作曲家の作品や、モーツァルトの作品と比較して、魅力を解き明かしていきたいと思います。ここでは、有名な「ボッケリーニのメヌエット」をテーマとしたヴァリエーションを、あたかもボッケリーニが書いたような様式で、弦楽四重奏用に作曲したものを演奏します。

知られざるボッケリーニ(デザート!)の魅力を、ぜひレクチャーとコンサートで堪能してください。

[聞き手・文／田中玲子]

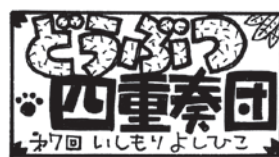


田崎瑞博

弦楽四重奏 知(得)コラム

弦楽四重奏の並び方

弦楽四重奏が、ファースト・ヴァイオリン(1st.Vn)、セカンド・ヴァイオリン(2nd.Vn)、ヴィオラ(Va)、チェロ(Vc)でできていることは以前お話ししましたが、では実際の舞台での並び方はどうなっているのでしょうか。多くの場合は、舞台に向かって左側(下手と言います)から「1st.Vn、2nd.Vn、Va、Vc」もしくは「1st.Vn、2nd.Vn、Vc、Va」という配置がスタンダード。ヴィオラとチェロの位置は、そのカルテットの好み(おたがいの音の聴きやすさや、曲をどう表現したいか)によります。昔は、左端に1st.Vnを、右端に2nd.Vnを振り分け、内側にVaとVcが入るという並び方もありましたが、近年はめずらしくなりました。みなさんもコンサートなどで、カルテットがどんな並び方をしているか、たしかめてみてくださいね。



3月11日(日)14:00

〈カルテット・ウィークエンド〉

古典四重奏団～ボッケリーニの世界～

オール・ボッケリーニ・プログラム

小弦楽四重奏曲 ト長調op.44-4 G223「ラ・ティランナ・スパンニョーラ」

弦楽四重奏曲 変ホ長調op.8-3(op.6-3) G167／イ長調op.39-8 G213／口短調op.58-4 G245／変ホ長調 op.58-2 G243

■一般¥3,500 シニア¥2,500 ヤング¥1,500

助成:財団法人 日本室内楽振興財団／公益財団法人 花王芸術・科学財団

3月の公演に先立ち、生演奏を交えたレクチャー・コンサートを開催。

2月25日(土)15:00

レクチャー・コンサートPlus#15

"ボッケリーニの世界へようこそ"

会場:晴海トリトンスクエアX棟5階会議室

入場無料(事前申込制／希望者はトリトン・アーツ・ネットワーク・チケットデスクまでお電話にてお申込みください)

お話し:田崎瑞博 演奏:古典四重奏団

チェリスト田崎瑞博による解説は、おもしろくてわかりやすいと大変好評です。

2012年度生予約受付開始!



春から英語を始めたい皆様。幅広い年齢層に対応したクラスを準備してお待ちしています!



2012年度生予約受付に関して
①2012年1月11日(水)11:00よりお電話にて受付開始
②その日に無料体験授業を予約ください
③年費お申し込みと入会金より4月からの希望申込が受理されます。残席限りわずかのクラスも多く、定員が埋まっておりますので、お早めのご連絡をお勧めします。

プレママ&0歳児

1歳児(9ヶ月～)

新2歳児(18ヶ月～)

園児クラス

小学生クラス

ジュニア英会話

大人向け英会話

5547-1106

6204-2106

幼児～大人のための音楽教室



<生徒さん募集中!>

★0歳～のリトミック ★ピアノ ★歌唱
★フルート ★オカリナ ★クラリネット
★ヴァイオリン ★シャンソン

ヤマハ音楽教室(後援 銀座山野楽器)
・幼児科(4～5歳児)・エレクトーン科

貸スタジオ(9時～21時)要予約

2台ピアノ、個人、管、弦、声楽、ミニコンサート等

ピアノアートサロン

中央区月島3-32-1 ユニハイツ勝どき1F

TEL 3533-8963

http://www.piano-art-salon.co.jp info@piano-art-salon.co.jp

60のショップ&レストラン 晴海トリトン

物販店 11:00～21:00

飲食店 11:00～23:00 ※一部店舗除く
土・日・祝は各店により異なる

Harumi Triton
晴海トリトン

コンサートの before & after にご利用ください。

http://www.harumi-triton.jp

Tel.03-5144-8100

かわら版はここに置いてあります。

配布にご協力いただける方、置いていただけるお店を大募集!

[中央区]*トリトンスクエア内(飲食店)炭火焼肉トラジ、セガフレード・ザネッティ、カルメン、信州そば処 そじ坊、エクセルシオールカフェ、la piccola cantina TOKI、インド料理・ボンベイクカフェ、翠江堂、和幸、築地食堂源ちゃん、鴻星海鮮酒家、Totto! DEL Mamma、飛賀屋 *トリトンスクエア内(その他)トモズ、バイシクルセオ、casadecor、BOOKS 書原、SNAPS!、ローソン、ファミリーマート、HARERU、VISAGE int'l、アロマブルーム、On the Desk、SELULL・B、

2月2日(木)11:30(12:30終演予定)
〈ライフサイクルコンサート〉
昼の音楽さんぽ 第8回
山本貴志 ピアノ・リサイタル

ショパン:ノクターン第4番／ワルツ第1番「華麗なる大円舞曲」／エチュード第3番「別れの曲」／エチュード第12番「革命」／4つのマズルカ op.6
 リスト:ため息／愛の夢第3番
 ショパン:アンダンテ・スピアナートと華麗なる大ポロネーズ
 ■一般¥1,500
 ※託児サービス(0歳～未就学児)あり。(公演5日前までの申込制／お子さま1名につき¥2,000)



2月18日(土)14:00
〈カルテット・ウィークエンド〉
エルデーディ弦楽四重奏団
～アマデウス・カルテットへのオマージュ～

ハイドン:弦楽四重奏曲第22番 二短調op.9-4 HobⅢ-22
 シューベルト:弦楽四重奏曲第13番 イ短調op.29 D.804「ロザムンデ」
 プリテン:弦楽四重奏曲第3番op.94
 ■一般¥3,500 シニア¥2,500 ヤング¥1,500
 助成:財団法人 日本室内楽振興財団
 公益財団法人 花王芸術・科学財団



©大窪道治

3月24日(土)14:00
〈ライフサイクルコンサート〉
育児支援コンサート
～子どもを連れて、クラシックコンサート
スーパー・チェロ・アンサンブル・トウキョウ
朝吹元 荒庸子 海野幹雄
玉川克 瀬尾彩 丸山泰雄
三森未来子 渡邊辰紀(五十音順)
原きよ(朗読)

【第1部】(約30分)
 ◎大人のためのコンサート(小学生以上)
 バッハ:無伴奏チェロ組曲第1番よりプレリュード
 ソッリマ:ラメントツィオ
 黛敏郎:無伴奏チェロによる「文楽」 他
 ◎子どものための音楽スタジオ(4～6歳)
 年齢順に分かれて楽器を知ってもらうワークショップ&ミニコンサート
 【第2部】(約40分)
 ◎音楽と絵本「銀河鉄道の夜」
 (作:宮沢賢治 絵:清川あさみ 出版:リトルモア)
 ■大人¥2,000(中学生以上) 小学生¥1,000
 4～6歳¥1,000(2005年4月2日～2008年4月1日生まれの幼児対象)
 ※4歳以上入場可能(2012年4月1日時点の年齢)。
 チケットはお1人様1枚必要。
 ※託児サービスあり
 (0歳～4歳未満／事前申込制／無料)



昨年の様子(音楽と絵本) ©大窪道治

西方正輝(チェロ)インタビュー

今年も第一生命ホールで、ビバホールチェロコンクール第1位の受賞記念コンサートが開かれます。兵庫県養父市で行われている同コンクールでは、これまでの優勝者として、趙静、横坂源、宮田大の各氏が名を連ねています。2010年第9回コンクールで優勝したのは、東京芸術大学院修士課程在籍中の期待の新星、西方正輝さん。コンクール審査委員長の堤剛氏からも、「いかにもチェロらしい美しい音色、正確なテクニックと豊かな音楽性」「一番印象づけられたのが彼の自由に音楽をする姿勢」と絶賛されました。

「これまで自分が楽しくて自由に演奏してきたのを、優勝という形で認めていただいたことは自信になりました。今回のプログラムでは朗々と歌う曲から超絶技巧まで、いろいろなタイプの曲をたくさん入れましたので、楽しんでいただけたと思います。(西方正輝)」



3月4日(日)14:00
〈TAN's Amici Concert〉
第9回ビバホールチェロコンクール第1位受賞記念
西方正輝チェロ・リサイタル

高橋トレミ(ピアノ)

ミヨー:チェロ協奏曲第1番op.136

シューマン:アダージョとアレグロ

ドビュッシー:月の光／チェロ・ソナタ

ポッパー:妖精の踊り

ショパン:序奏と華麗なるポロネーズ

グラスノフ:吟遊詩人の歌

ラフマニノフ:チェロ・ソナタ ト短調op.19

■一般前売り¥2,000 当日¥2,500 ペア券¥3,000円(前売りのみ) 学生割引券¥1,000

一般財団法人 住まいづくりナビセンター

新築、建替、リフォームを考えはじめたら
 一般財団法人 住まいづくりナビセンターへ。
 専門家が公正、中立な立場でいつでもご相談に応じます。

住まいづくりイベント参加者募集中。
 Web: sumanavi.info
 11:00～18:00(平日17:00まで)
 水曜定休
 Tel:03-5166-8300



晴海トリトンスクエアZ棟1F

トリトンスクエアより徒歩3分!
 皆様の憩いの空間を演出いたします。

ご宿泊
 ゆとりの24㎡。「かわら版見た」でお一人様1,000円引きの特典もあります。(2012年3月末まで)

客室デユース
 平日、土曜日 11:00～17:00 休日(休前日を除く)12:00～22:00
 詳しくはお問合せください。

ドリンクバー ネブチューン
 コーヒー・紅茶・お茶・各種ジュースが300円で飲み放題。
 毎日7:00～24:00(休業日あり)。詳しくはお問い合わせ下さい。

晴海グランドホテル

〒104-0053 東京都中央区晴海3-8-1
 TEL: 03-3533-7111 FAX: 03-3532-5315
<http://www.maxpart.co.jp/harumi/>

速報!! 2012年度公演のチケット発売日決定!!
3月7日(水)チケット発売開始(発売初日のみ10:00～)

今年4月から11年目を迎えるトリトン・アーツ・ネットワークと第一生命ホールがおおくりする春からの公演のチケット発売日が決まりました。

表面でもご紹介しました仲道郁代が出演する『音楽のある週末』のほか、アマリリス弦楽四重奏団が来日。昨年イタリアやオーストラリアでおこなわれたコンクールにおいて、上位入賞と第1位に輝いた期待の新星です。また、平日お昼の「昼の音楽さんぽ」には、徳永二男(ヴァイオリン)や古部賢一(オーボエ)が出演。ぜひご期待ください。

アマリリス弦楽四重奏団
 6月9日(土)14:00

昼の音楽さんぽ 第9・10回
 6月28日(木)11:30 徳永二男(ヴァイオリン)
 9月20日(木)11:30 古部賢一(オーボエ)

チケット & インフォメーション

トリトン・アーツ・ネットワーク・チケットデスク
 ☎03-3532-5702(平日11:00～18:00)
<http://www.triton-arts.net>

*特に記載のないものは第一生命ホールでの公演となります。表示価格は消費税を含みます。シニアは60歳以上。ヤングは小学生以上25歳以下。

第一生命ホールへのアクセス
 都営大江戸線勝どき駅A2a出口より徒歩8分



特定非営利活動法人トリトン・アーツ・ネットワーク(TAN)
 〒104-6005 東京都中央区晴海1-8-10
 晴海アイランドトリトンスクエアオフィスタワーX棟5階
 TEL. 03-3532-5701 FAX. 03-3532-5703
<http://www.triton-arts.net>
 ■編集・発行 / 特定非営利活動法人トリトン・アーツ・ネットワーク
 ■禁無断転載・複写 ■年10回発行

TANは、音楽活動を通じて地域社会に貢献する特定非営利活動法人(NPO法人)です。第一生命ホールを拠点とし、音楽を中心とした芸術活動と周辺地域を中心としたコミュニティ活動を2本の柱として、会員とサポーター(ボランティア)の皆様の支えを受けて行っています。

体験! 空手教室

礼儀作法・集中力・忍耐力など「強い心」を身に付けることが目標の一つ。また、空手の突き・蹴りといった技をくりかえし練習することで、持久力・筋力・バランス・柔軟性のある「強い体」も作り上げます。

●受講日: 2月20日、27日
 ※いずれが1日
 ●受講料: 1,575円/回
 ●クラス: 幼児(3～6才) 15:00～15:45
 小学生 16:00～17:00

☆☆☆ まずは、お電話でお問い合わせください! ☆☆☆

スポーツクラブNAS勝どき
03-5560-9101

コミュニティ活動

News & Reports

News

育児支援コンサート

～子どもを連れてクラシックコンサート サポーター大募集～

毎年たくさんのお子さまが、保護者の方と手をつないだり、ぴょんぴょん飛び跳ねたりしながら子どもスタジオに元気いっぱいやってきます。この育児支援コンサートは、保護者の方にホールで音楽を楽しんでいただくあいだ、子どもたちには子どもスタジオ(4～6歳対象)で音楽体験をしてもらうのが特徴の公演です。

そこで大活躍していただくのが、多くのサポーター(ボランティアスタッフ)のみなさん。子どもスタジオでは、子どもたちの音楽体験のお手伝いをしていただいたり、2つの会場を行き来するお客さまをご案内いただいたり、みなさんのお力に支えられているのです。子どもたちの笑顔が見たいからと何度もご参加いただいているサポーターさんもたくさんいらっしゃいます。「ボランティアってむずかしそう…」とお考えの方も、一度、気軽に参加してみませんか？

概要

■日時:3月24日(土)10:30～17:00頃まで

■募集人数:70名

※交通費の支給はありませんが、当日は昼食にお弁当をご用意しています。

お手伝いいただきたい事

- ①受付班:コンサートの受付やプログラムの配布など、コンサートを楽しみに来場されるお客さまを笑顔でお迎えいただけます。
- ②設営&ご案内班:子どもスタジオの準備や片付け、お客さまをスタジオやホールまでご案内する縁の下力持ちです。
- ③子どもスタジオ班:子どもスタジオでは4～6歳の子どもたちが演奏家と触れ合いながら音楽体験をします。スタジオが始まる前後、お子さまとのコミュニケーション活動(迎え入れや折り紙などの遊び)をお願いします。また、スタジオの内容によっては体験の補助をお願いします。

事前説明会

参加希望の方は、コンサートの内容や当日のスケジュールなどを説明する事前説明会にもご参加ください(事前説明会に参加できない方には資料をお送りします)。

◎3月11日(日)18:00～20:00 会場未定(中央区内)

サポーターのお申し込み・お問い合わせ

NPO法人トリトン・アーツ・ネットワーク(担当:櫻井/宮崎/渡辺)
TEL:03-3532-5701/FAX:03-3532-5703

メールアドレス✉ tan-supporter@tritton-arts.net

※メールの場合はタイトルに「育児支援コンサートサポーター」とご記入ください。

■締切:2月29日(水)

※定員に達した場合、期日より前に締め切らせていただく場合がございます。



昨年の様子



昨年の様子

第一生命ホール ロビーコンサート開催

～室内楽アウトリーチセミナー講師と受講生による～

入場無料

前号でもご紹介いたしました「室内楽アウトリーチセミナー」。10年間にわたり行ってきた若い弦楽器奏者のためのアドヴェントセミナーの発展形プロジェクトとして小学校や幼稚園などでのコミュニティ活動に実践的に参加してきました。

2月にはセミナーの成果をみなさまに発表する場の1つとして、第一生命ホールでのロビーコンサートを行います。ぜひ足をお運びください。

第一生命ホール ロビーコンサート

～室内楽アウトリーチセミナー講師と受講生による～

■日時:2月13日(月)12:15～14:00

■会場:第一生命ホール ロビー

■講師:松原勝也(ヴァイオリン) 柳瀬省太(ヴィオラ)

■セミナー受講生:竹内弦/藤代優意/和田歌子(ヴァイオリン)

福田道子(ヴィオラ) 伊藤七生/久良木夏海(チェロ)

■バルトーク:弦楽四重奏曲第3番 BB93

チャイコフスキー:弦楽四重奏曲第1番 二長調 op.11

メンデルスゾーン:弦楽八重奏曲 変ホ長調 op.20 他



講師:松原勝也



講師:柳瀬省太

行ってきました! (コミュニティ活動記録)

12月15日(木) 1月21日(土) 日本橋小学校アウトリーチ
4年生はじめてのクラシック
松原勝也/竹内弦(ヴァイオリン)
福田道子(ヴィオラ) 伊藤七生(チェロ)

12月16日(金) 豊洲保育園アウトリーチ
小澤剛(コントラバス) 原佳奈子(ピアノ)

12月18日(日) 芝浦工業大学豊洲キャンパス 大学開放DAY!
オープニングファンファーレ&クリスマスコンサート
吉野雄貴/横木彬子(トランペット) 高橋朋子(ホルン)
佐々木匡史(トロンボーン) 仁藤雄貴(チューバ)
五田詩朗(打楽器)

12月26日(月) 第一生命豊洲本社アウトリーチ
浜まゆみ/金丸寛(マリンバ)

12月27日(火) 第一生命日比谷本社アウトリーチ
浜まゆみ/金丸寛(マリンバ)

2012年12月12日(木)/13日(金)/16日(月) 豊洲小学校アウトリーチ
Meet the 和楽器/日本音楽集団

2012年1月12日(木) 豊洲幼稚園アウトリーチ
日本音楽集団

講演会 7か国語で話そう。



マルチリンガル
多言語で
世界が広がる...!

参加無料
託児無料: 要予約/先着15名まで

2/7(火) 10:15～11:45
月島社会教育会館ホール

2/11(土) 14:00～16:00
横山町奉仕会館4階
(最寄駅:東日本橋・馬喰横山)

2/26(日) 14:00～16:00
東京国際フォーラムG棟602

主催:言語交流研究所
ヒッポファミリークラブ
後援:中央区

0120-557-761
【平日9:00～17:30】
http://www.lexhippo.gr.jp/

勝どき駅すぐ!

ピラティスエッセンシャル

体験レッスン¥1500受付中!



お子様連れOKクラスもあります!

ピラティスとは、より良い身体作りのために、年齢、経験に関わらず安全な方法で行う事ができるエクササイズです。

こんな方にオススメです!

- 最近運動不足で何か始めたい!
- 肩こり、腰痛を改善したい!
- 姿勢良く美しい体を作りたい! など...

～お気軽にご連絡ください～

勝どき1-3-1 アパートメントタワー勝どき1F マナViva
TEL: 080-4669-5678
http://www.pilates-essential.com/
Mail: pilates.essential@gmail.com