

各 位

2023年09月13日
株式会社リットーミュージック

『声が出やすい身体になる！ 声・発声のためのエクササイズ』本格的なビデオ講座がオンライン・ヴォーカル・レッスン『歌スク』にて販売中！ 10/15表参道エリアにて実践ワークショップを開催！



インプレスグループで音楽関連のメディア事業を手掛ける株式会社リットーミュージック（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：松本大輔）が運営するオンライン・ヴォーカル・レッスン・サービス『歌スク』（<https://uta-school.jp/>）は、本格的なビデオ講座『声が出やすい身体になる！ 声・発声のためのエクササイズ』の販売開始と、講座の内容を体験できる実践ワークショップを開催することをお知らせいたします。

SEARCH VIDEO COURSES

“ビデオ講座”を探す

 <p>NEW</p> <p>第1回：声が出やすくなる身体をほぐしましょう！ 抗重力筋のストレッチ<初級編></p> <p>◎ 1,980円 ◎ 再生時間：15分25秒</p> <p>講師：西川佳直</p>	 <p>NEW</p> <p>第2回：安定発声のための姿勢改善！ 下肢と体幹トレーニングで重心バランスを高めよう<中級編></p> <p>◎ 1,980円 ◎ 再生時間：16分54秒</p> <p>講師：西川佳直</p>	 <p>NEW</p> <p>第3回：高音域をラクに出すには？ 歌う持久力、体力を育てる呼吸トレーニングと腹筋/体幹筋群を鍛えるメニュー<上級編></p> <p>◎ 1,980円 ◎ 再生時間：14分32秒</p> <p>講師：西川佳直</p>
---	--	---

【ビデオ講座について】

“世界にひとつしかない、あなたの声の可能性”をもっと引き出してみませんか？

『歌スク』講師でもあり、Natural Voices 代表・ボイストレーナーの西川佳甫先生による、声と発声のためのコンディショニングを学べる本格的なビデオ講座が登場。ストレッチやエクササイズ、オーラルコンディショニングを初級・中級・上級・オーラルケアと、わかりやすく学べる4本のレッスン動画にてお届けします。

<初級> : **【声が出やすくなる】** 身体をほぐしましょう！ 抗重力筋のストレッチ

<中級> : 安定発声のための姿勢改善！ 下肢と体幹トレーニングで重心バランスを高めよう

<上級> : 高音域をラクに出すには？ 歌う持久力、体力を育てる呼吸トレーニングと腹筋／体幹筋群を鍛えるメニュー

<オーラルケア> : 表情筋の活性化で笑顔力も UP！ 声と発声のためのオーラルケア&エクササイズ

各レッスンは、最初に約10分程度西川先生によるメニュー解説のあとで、すべてのエクササイズをリズムに合わせて通して行なっていただけ構成になっているため、デイリーの“見ながらトレーニング”にも最適。視聴は『歌スク』マイページからのストリーミング形式のため、自宅にしながら、また外出先でスマートフォンで観ながらなど、さまざまな環境で本格的なレッスンを繰り返し受講することができます。

声の出やすい身体作りを行なっていくことで、発声がラクになり、歌うことがもっと楽しくなるため、発声を楽しむすべての方におすすめの講座となっています。

【概要】

タイトル：『声が出やすい身体になる！ 発声・声のためのエクササイズ』

URL：<https://uta-school.jp/videolessons>

レッスン回数：全4回

形式：『歌スク』マイページからのストリーミング視聴形式

価格：1,980円（税込）／1レッスンあたり

発売日：2023年8月8日（火）より発売中

視聴方法：『歌スク』にメンバー登録（入会金・年会費無料）いただいたのち、ご視聴可能となります。（<https://uta-school.jp/register>）

【講師プロフィール】

Natural Voices 代表・ボイストレーナー 西川佳甫

岐阜県出身&在住。自身が持つ「自然な声」で発声するために、呼吸・口腔・姿勢を軸に、声と身体のコンディショニングを整える科学的なトレーニングを行なっている。また、全米ストレング

ス協会認定パーソナルトレーナーと口角美サポーター資格を有し、ヴォーカリストや楽器演奏者のコンディションを整えるスポーツトレーナーとしても活動中。



【実践ワークショップについて】

本ビデオ講座の開講を記念し、講座の内容を体験できる実践型のワークショップを10月15日（日）に開催いたします。

ワークショップでは、身体の重心安定や体幹力UPにフォーカスしたエクササイズと、お口のオーラルケアを取り入れた声と美容に効果的なエクササイズという、2つのプログラムをご用意。どちらかにご参加いただくのも、両方ご参加いただくのも、目的に合わせてお選びいただけます。

会場はアクセス便利なおしゃれの街・原宿／表参道エリアである、明治神宮前駅から徒歩1分の「JOINT STUDIO harajuku」にて実施をいたします。

本ワークショップで、身体のコンディショニングを整えながら、発声を整え、身体も心もスッキリ！自分らしい声を育てていく体験を、ぜひお楽しみください。



【ワークショップの内容】

13:00～14:30 「リラックス発声のための、重心の安定と体幹力アップのエクササイズ」

- ◎声が出しやすくなるためのストレッチ<下肢・股関節中心>
- ◎安定発声のための重心バランスを整えるエクササイズ<足関節・3点重心とスクワット>
- ◎高音域をラクに出すための本当の体幹力を鍛えるトレーニング

15:30～17:00 「口角と響きがアップするエクササイズ」

- ◎声が出しやすくなるためのストレッチ<胸郭のストレッチ中心>
- ◎安定発声のための重心バランスを整えるエクササイズ<肩甲骨周りのストレッチと全身の柔軟性を高めるエクササイズ>
- ◎表情筋の活性化で笑顔力もUP! 声と美容に効くオーラルケア

【開催概要】

開催日 : 10/15 (日)

開催時間 : 13:00～14:30 (12:30～受付開始) 、 15:30～17:00 (15:00～受付開始)

開催場所 : JOINT STUDIO harajuku B1 (〒150-0001 東京都渋谷区神宮前4丁目29-9 Ondenビル B1)

開催内容 : 13:00からのワークショップでは、「リラックス発声のための、重心の安定と体幹力のアップ」を行ないます。15:30からのワークショップでは、「口角と響きがアップするエクササイズ」を実施いたします。

定員 : 各10～11名

参加費 : 各3,300円(税込)

持ち物 : 動きやすい服装、タオル、飲み物

申し込みページ : <https://peatix.com/event/3692116/view>

※ヨガマットは無料でご用意しております。

※キャンセルの場合、イベント実施3日前 10月12日(木) 23:59までにご連絡いただきますようお願い申し上げます。

※チケットのご購入や決済後やお客様のご都合でのキャンセルの場合は、返金に対応できません。

※キャンセルの場合は、PEATIX事務局へお問い合わせください。

主 催 : Natural Voices 代表・ボイストレーナー 西川佳甫 先生

Supported by : 歌スク

【歌スク】 <https://uta-school.jp/>

創業40年以上の音楽出版社リットーミュージックが運営する、オンライン・ヴォーカル・レッスンです。プロの現場で活躍するトレーナー、ミュージカル・声優・アイドルなどのスペシャリスト、全国各地で多くの支持を受けるヴォーカルスクールの代表者といった、幅広いジャンルを得意とする講師23名が集結。みなさまの「歌がうまくなりたい」、「声や演技を磨きたい」という想いに応えるような、質の高いトレーニングをお届けしています。

【株式会社リットーミュージック】 <https://www.rittor-music.co.jp/>

『ギター・マガジン』『サウンド&レコーディング・マガジン』等の楽器演奏や音楽制作を行うプレイヤー&クリエイター向け専門雑誌、楽器教則本等の出版に加え、電子出版、映像・音源の配信等、音楽関連のメディア&コンテンツ事業を展開しています。新しく誕生した多目的スペース「御茶ノ水 RITTOR BASE」の運営のほか、国内最大級の楽器マーケットプレイス『デジマート』やエンタメ情報サイト『耳マン』、Tシャツのオンデマンド販売サイト『T-OD』等のWebサービスも人気です。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス(本社:東京都千代田区、代表取締役:松本大輔、証券コード:東証スタンダード市場9479)を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

【本件に関するお問合せ先】

株式会社リットーミュージック 広報担当

E-mail: pr@rittor-music.co.jp