

# Sitar×Yoga×Massage

## インド音楽を聴く！

シタールの音色を聴きながら、ヨガとマッサージを楽しみませんか？

ヨガはクリスタルボウルの神秘的な音色とともに、

ゆったり身体を動かし、深い呼吸でリラックス。

マッサージはハンド、ヘッドなどお好きな部分を集中ケア。

深い眠りについても、もちろんOK。

音楽教室ならではの“音”を楽しみながら、心身を解放しましょう。

毎年、様々な楽器とコラボレーションをしている北インドの伝統楽器シタール。

世界のパーカッションやギター（今回はベトナムギターとチャランゴ）、

そして今話題の鍵盤ハーモニカと共演します。

また伊藤礼先生による、インドの音楽や文化、歴史などのトークも楽しめます。

魅惑的なインド音楽の世界にあなたも虜になるはずです。

### 《講座概要》

◆日程 11月23日(土祝)

シタール×ヨガ 10:00~11:00

シタール×マッサージ 11:30~12:30

インド音楽を聴く！ 13:00~14:00

※終了時間は延びる可能性もございます。

◆場所 MUSICJOY 渋谷教室 A スタジオ

◆受講料 1講座 2,750円、2講座 4,950円、3講座 7,150円

※1ドリンク付き ※受講料は当日お支払いください。

◆定員 ヨガ6名、マッサージ5名、インド音楽を聴く！15名

◆講師 シタール 伊藤礼、ヨガ なるこたえこ、マッサージ nao

ギター 伊藤雅昭、鍵盤ハーモニカ Mon', WAVEDRUM 鈴木知行

◆他 ヨガをご受講の方は、動きやすい服装をご用意ください。更衣室もございます。ヨガマットはお貸出し致しますが、お持ちの方はご持参ください。



お問合せ・お申込はお電話、またはメールにてお願い致します♪

⇒宮地楽器 MUSIC JOY 渋谷 [mjshibuya@miyajimusic.com](mailto:mjshibuya@miyajimusic.com)

☎03-5456-8300