

Freude

vol. 17-27. 2024. 5. 15. wed

5/22 (水) 18:30 } 小田北生 (生)
 5/29 (水) 18:30 } 学芸70周年
 (JR尾島)
 6/5 (水) 18:30 東海音楽会

譜読み終了後、音楽づくりの今「水曜日の練習時しか楽譜開いてない」なんて人はいませんよね。ふだんも時間を作ってアタマをハイドンとモーツァルトにしとかないと、やってきたことが積み重なっていかないのは各自、実感している通り！同時に、音符を追うのに必死で「クチサキだけ」状態になっちゃうアナタ。カラダを楽器にするのも水曜日だけでは無理ですよ。ふだんの生活でも、カラダやカオの「よい発声のための」トレーニング、心がけましょう！コロナの時に教えてもらった由也先生スペシャルです！

よしなり先生の〜カラダも楽器にするメソッド☆

ラジオ体操からの〜



背のび たうぷり
 北のびからの〜
 「腰割り」



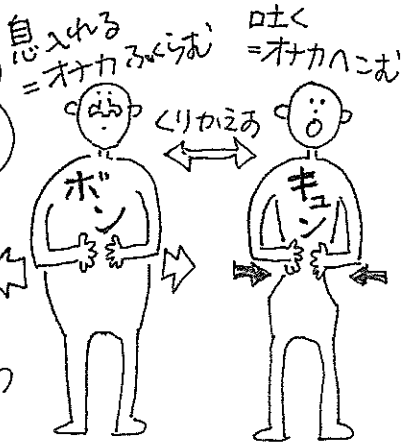
腰割りりからの〜



からの〜



オナカ連動呼吸



次に〜 さえ意識呼吸



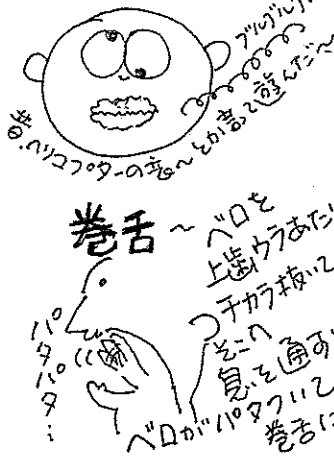
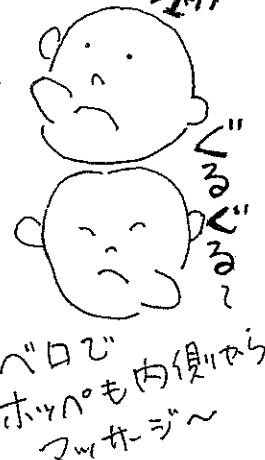
息を体の中をいかに通すか
 吸うときは鼻から
 口を閉じて、空気が直に
 ドンと入る (乾燥しちゃう)

百面相~

ベロで歯茎
ツギ〜

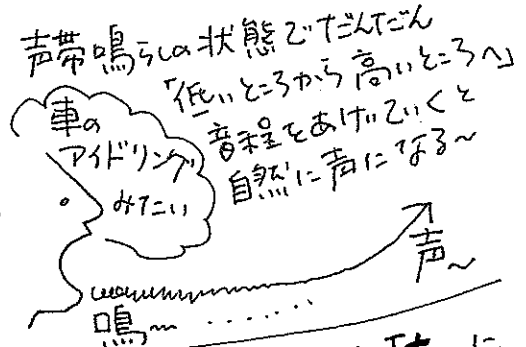
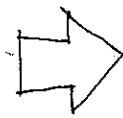
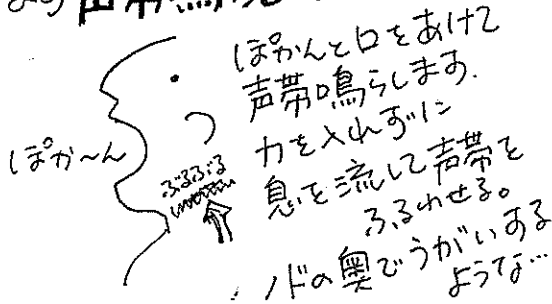
唇ブルブル~

表情筋全カの
アイウエオ

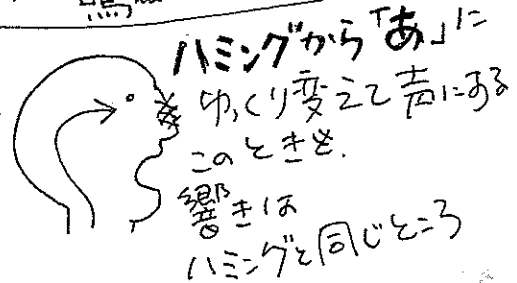
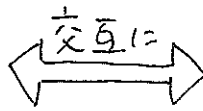
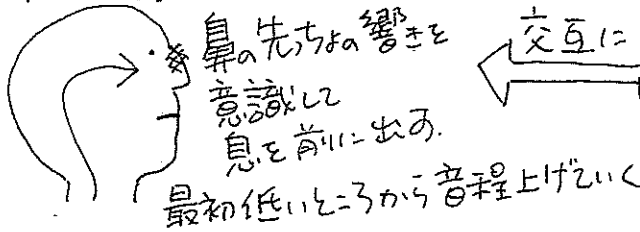


まず声帯鳴らし~

声帯鳴らしから声へ~

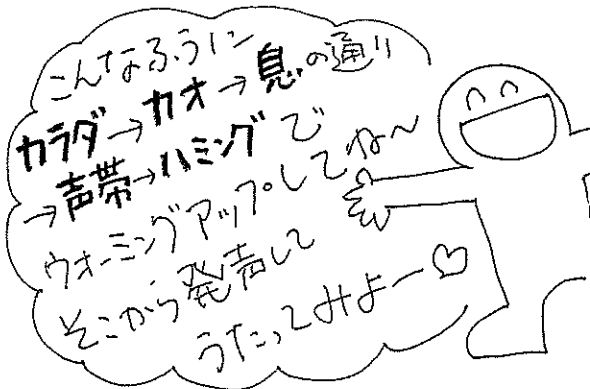


そして「ハミング」



「ハミング→あ~」の次に

「ハミング」20秒keep?」を繰り返して
音程と響きをしっかりと保てて~



歌はカラダが楽器?カラダ全部サボラないで
発声で使う筋力代表4箇所

