

バジル先生の 楽器奏法 クリニック

in 市船吹奏楽部



指導・バジル・クリッツァー
解説・Basil Kritzer

アレクサンダー・
テクニーク教師

▼プロフィール▼

1984年、香港生まれ京都育ちのアメリカ人。沖縄県立芸術大学非常勤講師。尚美ミュージックカレッジ特別講師。 Folk Vang 芸術大学（ドイツ）ホルン科卒業。在学中、極度の腰痛とあがり症に悩み、それを乗り越えるためにアレクサンダー・テクニークを学び始める。これまで東京藝大、上海オーケストラアカデミー、大阪音大、昭和音大をはじめ各地の教育機関で教えている。

撮影協力／高橋 健一（船橋市立船橋高等学校 吹奏楽部 顧問）市立船橋高等学校吹奏楽部の皆さん

今まで
やっていた
動作は本当に
必要なのか？

★息の支え
★マウスピースの位置
★重心を意識
etc...

よくわからない
根拠のまま、
言い伝えられて
いること...



著
書

・マンガとイラストでよくわかる！音楽演奏と指導のためのアレクサンダーテクニーク実践編（学研）
・徹底自己肯定楽器練習法（きょうたりうむ出版）
・バジル先生とココロとカラダの相談室シリーズ4冊（学研）

話題沸騰！

アレクサンダー・テクニーク教師のバジル先生によるレッスンDVD、待望の第2弾が遂に登場！

今回は弊社でも『吹劇』の密着取材で感動を呼んだ、高橋健一先生率いる船橋市立船橋高校吹奏楽部に訪問しました。

前回の山王中吹奏楽部と同様に、市船吹奏楽部の皆さんの悩みを解決していきます！！

今回のクリニックの前にアンケートを集計した結果、「呼吸」や「音量・音色・響き」、「重心」についての質問や悩みが多く、そこに市船吹奏楽部が現在かかえるリアルな課題がありました。今回も奏者に即したアプローチで課題を見つけ、求めているものとのズレを的確なアドバイスで修正していきます。ちょっとした思い込みや、これまでの意識していたことを少し見直すことで伸び悩んでいた音がウソのように変わる、目からウロコのテクニーク満載です！



M73-1
108min

ICHIFUNA S.H.S CLINIC ～ volume.1 ～

■Introduction ■First Contact

■息を吸う仕組み

＊肋骨・横隔膜・内臓・第1肋骨・頸椎・斜角筋群・外肋間筋

■息を吐く仕組み

＊肋骨・内肋間筋・内臓・腹筋・外肋間筋・横隔膜

■呼吸の仕組み【気づきの発表】

■個別レッスン①

【チューバ】

＊01／アンブシュアやバズィングを安定させたいのですが…
（息の圧力を高めて、タンギングによって息を解放することでハッキリとした発音を生み出す！）

■金管楽器のアンブシュア①

＊低音域でも同じアンブシュアですか…／

歯並びの関係で右頬ばかり力が入ってしまうのですが…

＊様々な軌道を確認（ホルン／トロンボーン）

M73-2
94min

ICHIFUNA S.H.S CLINIC ～ volume.2 ～

■息の支えのエクササイズ

【息を吸う運動】 【声を出して息を吐ききる運動】 【息を吐ききる運動】 【支えに関する考察】

■個別レッスン②

オーボエ

＊02／出した音と出てくる音が違うのですが…

＊03／高い音を出すのが難しいです…

＊04／詰まった感じがするのですが…

（息を入れる場所、息をどこまで吐くか、声で響いた場所を意識！息は楽器にはあまり入らない。だから息は口元まで！）

■金管楽器のアンブシュア②

＊トランペットパートでの軌道確認／補足とまとめ

■バジル先生の撮影日記～ with 市船吹奏楽部～

フルート

＊05／喉に力が入ってしまうのですが…

＊06／重心が無いと云われるのですが…

（重心は計算で求める概念で、重心で安定感は求められない！不安定に感じたら身体を動かしてみよう！）

打楽器

＊07／音の重心と身体の重心について（音の重心と、身体の重心を混同してかかと重心にしていた！それだと楽器から遠ざかり、出したい音には逆効果だった！）



特典映像

♪バジル先生 × 高橋先生の Special 対談 47min
♪YOSAKOI 動画(2017年)

※特典映像は弊社通販サイト内の「特典ダウンロードセンター」にてダウンロードができます。

M73-S 全2巻 14,000円＋税
各巻 7,000円＋税

送料別