

東京よりガザル歌手&ヨーガ講師・桜井ひさみ先生をお招きして学ぶ!  
in Hiroshimaken Fukuyamashi

声が変わると、  
人生が変わる!

人間に宿る  
強大な能力を  
発揮し、開花する!

- ・声に悩みがある方
- ・学校の先生
- ・インストラクター
- ・受付 ・案内係
- ・アナウンサー
- ・ヴォーカリスト
- ・俳優 ・声優
- ・接客をする方
- ・人前で話す機会の多い方

参加者全員が  
アドバイスを受けられる!  
クンダリニー・ヨーガ  
研鑽会を特別開催!

声を使うすべての方に役立  
てられる内容が満載の研修

どちらも  
初めての方から  
経験者まで幅広く  
参加できます

Teacher  
Hisami Sakurai

## 第1部

心に沁みる声の魅力!  
を引き出す研修

2024. **2.11** [日] 15:00~18:30  
(開場 14:30~)

参加費 15,000円 (非会員の場合は入会金8,000円必要)

桜井ひさみ先生著作「心に沁みる声の魅力」  
(中央アート出版・1430円税込) をテキスト  
にして

- ♪ きれいな発声を身に付ける方法
- ♪ 声量を豊かにする身体づくり
- ♪ 無駄な力を抜く方法
- ♪ 声を美しく響かせるテクニック

などが学べます



詳しくは  
シンプルヨーガ  
WEBサイトへ

## 第2部

クンダリニー・ヨーガ  
研鑽会

2024. **2.11** [日] 19:30~21:00  
(開場 19:00~)

参加費 5,500円 (非会員の場合は入会金8,000円必要)

成瀬雅春先生著作「クンダリニー・ヨーガ」(BAB  
ジャパン・2,200円 税込) 事前に必ずお買い求め  
ください。※前もってお読みいただいでからの参加と  
なります。

- ◆ 桜井先生より説明・指導があり実践できます
- ◆ 参加者同士で互いにチェックを重ねながら  
練り上げます
- ◆ 参加者すべての方に、桜井先生より  
アドバイスが1回受けられます



詳しくは  
シンプルヨーガ  
WEBサイトへ

2024年2月11日 (日)

## Hisami Sakurai Profile

成瀬ヨーガグループ講師。ヒンディー語、サンスクリット語、ウルドゥー語、英語など多国語を習得している。著書「心に沁みる声の魅力」(2010年)、「ダイエット・ヨーガ Classic」(2004年)を出版している。元シンガーソングライター。桜井久美(さくらひさみ)で活動し、吉田拓郎が2曲提供した、アルバム「万華鏡」をリリースしている。1975年沖繩海洋博の政府館の映画テーマソング歌唱、成瀬ヨーガグループ10周年記念祭の成瀬雅春書下ろしミュージカル「前世が見えてきた」全曲作曲。成瀬ヨーガグループ20周年でガザル歌唱を開始。桜井ひさみ&ローシャンファナーとしてインド舞踊との共演「シャーンティ」、野火杏子氏主宰CNCとのコラボでミュージカル「魅惑のインド夢の宴」、シタールのチャンドラカント氏との共演、リサイタル等多数。2013年より成瀬雅春演出・脚本・編曲を手掛ける「キャバレーナイト」(ジャズ&ミュージカル)がスタートし、2022年の終演までジャズ・ボーカルとして活動をおこなう。Ghazal ~ 法悦の詩 ~【CD】(2,200円)は「桜井ひさみ&ローシャンファナー」ファースト・アルバム。



講師 桜井ひさみ

### 第1部

# 心に沁みる声の魅力! を引き出す研修



### 第2部

# クンダリーニー・ヨーガ 研鑽会



#### 持参物

動きやすい服装をご持参ください(更衣室があります)、ハンドタオル(うつ伏せのポーズをおこなう場合に使用します)飲み物は水をご持参ください。(お茶やコーヒー、ミルクは人によって声が出にくくなります)

#### 持参物

動きやすい服装、成瀬雅春先生著作「クンダリーニー・ヨーガ」(BABジャパン・2,200円 税込)。筆記用具(黒のボールペン)※参加経験がある方で、必要なものがあれば(レベルノート、マーカー)ご持参ください。

#### 申込方法

電話かメールでお申込みください。お申込み後は、下記口座へ参加費をお振込みくださるか、または教室にてお支払いください。入金順に受付いたします。お支払後の参加費用の返金はできませんので予めご了承ください。

[振込先] 広島銀行 福山西支店 普通3100089 森はま子



主催会場・お申込み・お問合わせ先

## シンプルヨーガ

広島県福山市城見町1-1-1ウチダビル5階

TEL 084-931-2470

Mail [siy@simpleyoga.jp](mailto:siy@simpleyoga.jp)

WEB <https://www.simpleyoga.jp/>



シンプルヨーガ  
WEBサイト



JR福山駅北口よりスグ

2024年3月24日(日)成瀬雅春先生直接指導による研修を開催予定。詳細が決まり次第、各SNSやメルマガなどお知らせ致しますので、フォローをお願いします。

