



# Special

日本で類い稀な、ガザル歌手  
 桜井ひさみ  
 第1部&第2部ともに  
 めったに学ぶことの出来ない  
 福山特別開催！

第2部 桜井ひさみ先生の指導と  
 アドヴァイスが受けられる  
 クンダリニー・ヨーガ

# ガザル歌手&ヨーガ講師 桜井ひさみ先生から学ぶ!

第1部  
 ヨーガによる発声法で  
 輝く声を手に入れる！研修

## Profile



桜井ひさみ著「心に沁みる声の魅力」  
 (中央アート出版社  
 1430円税込)

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。元シンガーソングライター。桜井久美(さくらいひさみ)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。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。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。

# 2025/2/23日

定員 25名

第1部 12時～15時30分 参加費 15,000円  
 (11時30分開場)

第2部 16時～17時30分 参加費 5,500円  
 ※入金順に受付。非会員の場合は入会金 8,000円必要

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

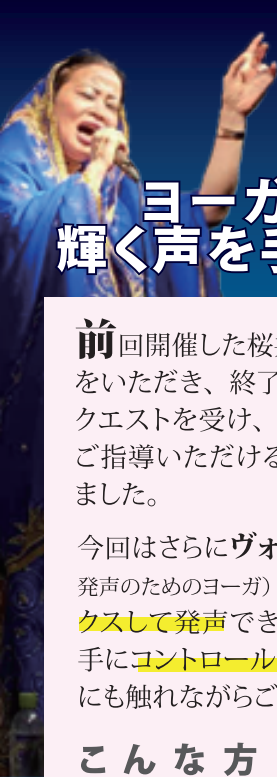
TEL 084-931-2470 mail siy@simpleyoga.jp



お申込みフォーム  
 はこちら

経験者・初心者  
 関わらずどなたでも  
 ご参加できます!

Ghazal



ガザル歌手&ヨーガ講師 **桜井ひさみ** 先生から学ぶ!

第1部 12時~15時30分

第2部 16時~17時30分

# ヨーガによる発声法で輝く声を手に入れる!研修

# 桜井ひさみ先生の指導とアドバイスが受けられる クンダリニー・ヨーガ

東京より桜井先生にお越しいただいた稀な機会に「クンダリニー・ヨーガ」を、まったく初めての方から経験者まで幅広く参加できる特別講習会を開催いたします。

**前** 前回開催した桜井ひさみ先生の研修は大変好評をいただき、終了後「また開催してほしい!」とリクエストを受け、1年ぶりに桜井ひさみ先生よりご指導いただける貴重な機会を設けることとなりました。

今回はさらに**ヴォイスヨーガ** (桜井先生独自の造語: 発声のためのヨーガ) の**無駄な力を使うことなく、リラックスして発声できるように**、自分自身の身体を上手に**コントロールする力を身につける**、ということにも触れながらご指導いただきます。

## こんな方におすすめです!

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  
魅力的な声で話したい方、歌いたい方、表現者

声を使うすべての方に  
役立てられる内容が  
満載の研修

### 持参物

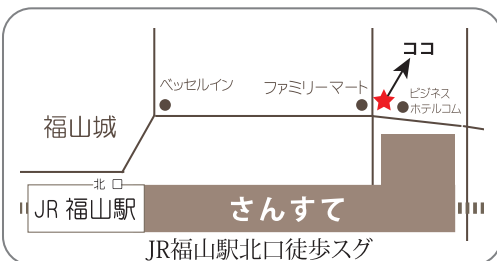
動きやすい服装をご持参ください (更衣室があります)、  
ハンドタオル (うつ伏せのポーズをおこなう場合に使用  
します) 飲み物は水をご持参ください。(お茶やコーヒー、  
ミルクは人によっては声が出にくくなります)

### お申し込み方法

参加区分をお知らせの上、電話やメールにてお申込みくださ  
い。お申込み後は、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



STEP  
01

**桜井ひさみ先生から学べる**  
まずは、クンダリニー・ヨーガの  
最初の段階 (腰の回転運動) の  
内容をご指導いただきます

STEP  
02

**研鑽タイム!**  
ノートを使用しながら参加者同士  
で互いにチェックを重ねながらそ  
れぞれの技法を練り上げます

STEP  
03

**桜井先生よりアドバイス**  
個人アドバイスが1回受けられます  
※レベルノートをお持ちの方で既定を満たして  
いる方は、桜井先生のレベルテストが受けられ  
ます

通常は東京へ行き、  
さらに研鑽を積んで  
からアドバイスをいた  
だけるところを!

参加者全員が  
アドバイスを  
受けられる!

### 持参物

動きやすい服装、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  
読みいただいてからの参加となります。筆記用具 (黒の  
ボールペン)

※参加経験がある方で、お持ちの物 (レベルノート、マーカー  
など) があれば、ご持参ください。

### 会場・お申込み・お問合せ先

## 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)

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