

“正しい姿勢”を作るために力んでいませんか？

このワークショップではダンスから生まれた動きのメソッドをもとに力を抜いた自然な姿勢や歩き方を体験していただきます。身体への意識が変わるかも？！

うめだ ひろあき
[講師] 梅田 宏明

ダンサー、振付家、ビジュアル・アーティスト、
横浜赤レンガ倉庫1号館振付家

姿勢教室

力を抜いて姿勢を見直すワークショップ



[対象] 横浜市内在勤または在住の方
[定員] 30名（お申し込み先着順）
[参加費] 1,500円 ※当日受付にて現金でお支払いください。

[会場] 横浜赤レンガ倉庫1号館
2023年9月7日(木) 19:00-20:30

お申し込み方法

QRコードを読み取り、
WEBフォームからお申し込みください。



持ち物

動きやすい服装・水分補給のためのお飲み物
タオル・必要に応じて着替え等

お問い合わせ

横浜赤レンガ倉庫1号館
〒231-0001 神奈川県横浜市中区新港 1-1-1
TEL:045-211-1515

[主催] 横浜赤レンガ倉庫1号館（公益財団法人横浜市芸術文化振興財団）
神奈川県民ホール（公益財団法人神奈川県芸術文化財団）
公益社団法人日本芸能実演家団体協議会

[助成] 文化庁文化芸術振興費補助金（統括団体による文化芸術需要回復・地域活性化事業（アートキャラバン2））
独立行政法人日本芸術文化振興会

[事業名] JAPAN LIVE YELL project
神奈川県アートキャラバンコンソーシアム 2023

横浜赤レンガ倉庫1号館
YOKOHAMA RED BRICK WAREHOUSE NUMBER 1

文部科学省
Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology

JAPAN
LIVE YELL
project