

ここは教室ではありません。 / Here is not a classroom.

2009 夏の ヒロコゼミ

8月	18日(火) 19日(水) 20日(木) ※3日間の連続ゼミです	19:15-22:00 *途中10分程度の休憩有り	8/16(日) 申込締切 定員15名	仙台市青葉区中央 市民センター 仙台市青葉区一番町2-1-4 [東二番丁小学校・西側] JR仙台駅 徒歩12分 ※駐車場はありません	小ホール(2) (3F)
----	---	------------------------------	--------------------------	---	-----------------

俳優として迷う前に、自分の「からだ」を調整してみませんか？

ヒロコゼミは、俳優が作品の稽古に入る準備をするために自分の「からだ」について理解を深め、スキルアップにむけての研究・検証のために広く開放された場です。  
教室のような「教える⇄教わる」という場ではありません。  
それぞれが同じ体験を通して、他人との違いを発見し自分自身の「からだ」について知っていくことを目指します。  
4つのテーマが混ざり合ったエクササイズを通してより深く自分を知ることが出来るように考えています。  
俳優自身のための稽古を通して「俳優としての身体と意識のあり方」を発見し、今後のそれぞれの活動に繋げていく。ヒロコゼミはそんな場所です。  
現在劇団に所属している人はもちろん、継続的な稽古の機会を持たない方や自分の俳優としての作業を再確認したい方に、ぜひいつでも、ご参加いただければと思います。

自由なからだ	日常生活で抑制された身体を解放し、自由で大胆な「からだ」を取り戻します。
感覚をひらく	普段なにげなく使いこなししている視覚や触覚を再認識し、自分の世界を広げます。また、新しい世界を発見します。
楽に呼吸する	発声も会話も「呼吸」という運動からはじまります。頑張りすぎないことで顔にも身体にも余裕ができます。
演技のはじまり	身体の反応とわきあがる感情を大切に、驚きを楽しむ。「うまれてくる演技」とは何かを探ります。

■対象

現在俳優として活動している方/これから俳優として活動したい方  
※俳優として活動する意思のある方であれば未経験者でも構いません。  
エクササイズは激しい運動ではありません。  
ハンディキャップをお持ちの方は事前にお知らせください。  
高校生・未成年者の方は保護者の方の同意書をご記入いただけます。  
書式はこちらでご用意いたしますのでお申し出ください。

■参加方法・運営協力費

※事前にお申込みが必要です。参加に当たり運営協力費をいただきます。  
○運営協力費:4,000円(初日に集めます)  
※今回は3日間連続の内容です。連続して参加できる方を優先します。  
1日のみ、2日のみ受講については、ご相談ください。

■お申込方法

e-mailまたはFAXで受付いたします。以下の事項をお知らせください。  
折り返しご連絡いたします。

・お名前・メールアドレスもしくはFAX番号・電話番号

◎送信先: tripod/トライポッド 担当: 森

e-mail: hirokozemi@frascoweb.jp FAX: 022-728-1383

\*お申込みでお知らせいただいた情報は「ヒロコゼミ」の連絡にのみ使います。 ●主催 tripod/トライポッド ●協力 三角フラスコ

「舞台の上で作品世界を生きていくための」  
「からだを「つくる」として「つくる」世界を探るエクササイズを通して  
現在の自分を再認識し、新しい役との出会いに準備します。

