

レッスンメニュー

▼下記のメニューをご覧のうえ、目的に合ったメニューをお申し込みください。

声のお悩みがある方におすすめ！！

ボイストレーニング

楽しく歌うための基礎的な発声トレーニングから、
プロ仕様の本格的な歌唱指導、オーディション対策 まで...
目的に応じたコースをお選び頂けます。

(ポップス・クラシック・アニソン・洋楽・クロスオーバー 他、ご自身が歌いたい曲)

歌がうまくなりたい方、声にお悩みがある方
高い音を出したい、声量アップ、力みの解消、音感アップ...

(基礎) ▶ ファンコース

(応用) ▶ プロコース

《ご予約・お問合せ》
info@kitanorisa.com

▶ファンコース

《こんな方におすすめ》

- ・自分の歌に自信がない方
- ・歌を習うのが初めての方
- ・カラオケ上達
- ・趣味として楽しみたい方
- ・自律神経を整えたい方
- ・自己肯定感を高めたい方

◆基礎的な発声トレーニングから、楽譜の読み方、呼吸法、リズム、表現方法 など
楽しく歌うために必要なことを丁寧にお伝えいたします。

◆高い音を出したい、力みの解消、音量アップ、息が続かない、音痴かも、声が枯れる
それぞれの声のお悩みに寄り添い、解決に導きます。

◆本格的なクラシックから、歌謡曲、J-POP、アニソン、ボカロ、クロスオーバー、洋楽、ご自身のお好きな楽曲
をお持ちください。（譜面、歌詞カード、カラオケ音源など）

《料金》 45分 / 月2回 月額 16,500円 (税込)

※ **短期集中コース** 結婚式で突然歌うことになった！！ オーディション前に集中的にレッスンしたい方 におすすめ！！
ファンコース月2回以上で、短期完結型レッスンご希望の方はご相談ください。

《ご予約・お問合せ》 info@kitanorisa.com

必ず希望のコース名、お名前、メールアドレスをお送りください。

▶ プロコース

《こんな方におすすめ》

- ・これからアーティストデビューを目指す方 ・すでにプロとして活動されている方
- ・音楽高校/音楽大学受験対策 ・オーディション対策 ・声優/役者志望の方

◆基礎的な発声トレーニング、ソルフェージュ、プロ仕様の本格的な歌唱指導、呼吸法、表現力 などそれぞれの目的・目標に合わせたカリキュラムを作ります。

◆受験生：課題曲であるコンコーネやコーリューブング、イタリア歌曲集、新曲視唱などの対策も行います。
(必要があれば、志望校に合わせた先生のご紹介や留学相談も可能です。)

◆一般的なボイストレーニング（ボイトレ）だけでなく、自信を持ってステージに立つための「第一印象コーチング」により、「なりたい自分」目的/目標を明確にし、人を惹きつけるテクニックを学び、
「第一印象で選ばれる人なる」サポートを行います。

《料金》 60分 / 月2回 月額 28,600円 (税込)

※全コース月2回から お申し込み頂けます。(月2回以上のレッスン希望の方はご相談ください。)

※スタジオ代込みのお値段になります。(詳細は、初回レッスン時にご説明させていただきます。)

※恵比寿のスタジオ/横浜のスタジオを中心にレッスンを行なっています。

※オンラインレッスン、出張レッスンはご相談ください。

(こここのところ **海外から オンラインレッスンを受けられる方**も増えています!!)

《ご予約・お問合せ》

info@kitanorisa.com

必ず希望のコース名、お名前、メールアドレスをお送りください。

人前に立って表現するのは、怖くない！！

チャンスをつかむ 第一印象コーチング

一流のアスリートやビジネスマンがコーチングを取り入れていることは有名です

誰かに認められる姿を目指すのではなく

対話により「なりたい自分」の目標・課題を明確にし

第一印象で選ばれる人になる

「より良い印象を作る」テクニックを修得するレッスン

****一般的なコーチングと異なる特徴は、対話を通して、ご自身の中にある答えを引き出すだけでなく**

プレゼン、面接、オーディションなど、本番さながらのシチュエーションをもとに

テクニックを学び、実践、継続的なサポートを実施しています。

【コース内容】

人の印象は**最初の6秒**で決まると言われています。1971年にアメリカの心理学者アルバート・メラビアン博士によって行われた実験の結果、聞き手に与える印象の要因は、**話の内容などの言語情報と答えた人が全体の7%、声の調子や話し方などの聴覚情報と答えた人が38%、見た目や表情、しぐさなどの視覚情報と答えた人が全体の55%**にもものぼると発表されました。[\(メラビアンの法則\)](#)

本コースは、それぞれのニーズに合わせた本番さながらのシチュエーションをもとに、**「あなたの話を聞いてみたい！」**と思わせる**「第一印象で選ばれる人になる」**テクニックを修得するコースです。

▼目標設定カウンセリング（オーディション、プレゼン、面接、お見合い、パーティーシーンなど...）

好印象をプロデュースしたい場面は、人によって様々なシチュエーションが考えられます。それぞれの目的を丁寧にカウンセリングさせて頂き、**明確な目標設定とカリキュラム、達成期日を決定いたします。**

▼メニュー概要（**それぞれの目的・目標に合わせたメニューの組合せ内容になります。）

- ・第一印象チェック / 自身の個性や強み、課題の発見
- ・自己紹介 (自己分析・他己分析) : ストーリーでインパクトを与える
- ・服装（「なりたい自分」のイメージ戦略）

（*オプション：個性を生かし、あなたの魅力を惹きたてるシチュエーション別、カラー・ファッションコーディネートのご提案

- ・表情、しぐさ、視線、立ち居振る舞い (姿勢、歩き方、座り方 etc)
- ・話し方 (発声トレーニング、トーン、スピード、ボリューム etc)
- ・コミュニケーション、エレガントマナー
- ・撮影ポージング

《こんな方におすすめ！》

- ・人前に出ると緊張してしまう
- ・お客様の記憶に残る人になりたい
- ・なんとしてもチャンスを掴みたい
- ・自己肯定感を高めたい
- ・自分に自信を持ちたい
- ・人に話を聞き返されることが多い
- ・面接/オーディション 対策

《コース料金》 **教材、カルテ、スタジオ代を含む 料金です。

▶ 単発 コース (90分) **¥22,000 (税込)**

⇒ 第一印象 分析つき フリーコンサルティング

▶ 3ヶ月継続 コース (初回のみ 90分、2時間/月) **¥118,800 (税込)**

⇒ 目標設定カウンセリング、第一印象分析、それぞれの目的に合わせたレッスン、3ヶ月間のアフターフォローつき

▼オプションメニュー (別途料金) **随時ご相談ください

- ⇒ ボイストレーニング (ファンコース・プロコース) との併用
- ⇒ 16タイプ・パーソナルカラー診断 (顔まわりの印象を華やかに、顔映りのよい色の診断を行います。)
- ⇒ ファッション (ステージ衣装) アドバイス / パーソナルショッピング同行
- ⇒ 契約期間後の継続サポートに関して
- ⇒ オンラインレッスン、グループレッスン、出張レッスン
- ⇒ 企業研修、講座開催

《ご予約・お問合せ》 info@kitanorisa.com

必ず希望のコース名、お名前、メールアドレスをお送りください。

▶ 北野里沙

北野里沙は、20代後半でメジャーデビューを経験し、クラシックからポップスまで、国内外で数多くのコンサート・ライブ・イベント・スポーツ式典、講演会など、「ステージ上で表現する」仕事に携っています。

これまでの経験をもとに、声、話し方、表情、TPOに合わせた身のこなし、身だしなみ、個性を生かすイメージ戦略 (color,fashion)

人前に立つ様々な職種の方に

【第一印象で選ばれる人になるスキル】

の提供をおこなっています。

「人前だと緊張してしまう」「お客様の記憶に残る人になりたい」「チャンスをつかみたい」
それぞれのお悩みに寄り添い、自信を持って前に進めるよう問題解決まで導きます。

