

# Personal Development 2025 秋

## パーソナル・ディベロップメント・コース

自分と向き合う、自分で歩くための  
アレクサンダー・テクニーク

Light

月に一度のグループ&個人レッスンを3回連続で受講するコースです。

### 大阪スクール Personal Development ライト2025 秋

月1回 金曜日 全3回 / 21時間

濃い  
3日間

- ・ 6時間×3ヶ月のグループレッスン + 1時間の個人レッスン×3回
- ・ レッスン日 2025年 9/19, 10/24, 11/7 金曜日
  - グループ 10:00-17:00 (昼休憩1時間)
  - 個人 クラスのある週の水曜日
- ・ 受講費 84,000円 (グループレッスン3回+個人レッスン3回)
- ・ 会場 アレクサンダー・アライアンス・インターナショナルJAPAN大阪スクール

### 京都スクール Personal Development ライト2025 秋

月1回 火曜日 全3回 / 15時間

限定3名  
ゆっくりじっくり

- ・ 4時間×3ヶ月のグループレッスン + 1時間の個人レッスン×3回
- ・ レッスン日 2025年 9/9, 10/7, 11/4 火曜日
  - グループ 11:00-15:00
  - 個人 15:00～
- ・ 受講費 64,000円 (グループレッスン3回+個人レッスン3回)
- ・ 会場 アレクサンダー・アライアンス・インターナショナルJAPAN京都スクール



info@alexander-tech.jp

\*コース開始日以降も、ご参加ご希望の方はご相談ください