

個人指導 (整体指導・個人レッスン) & 講座スケジュール!

月	火	水	木	金	土	日
<p>今月の目玉講座は、なんといっても久々に、ゆうさんこと佐野が担当の「氣道の学校」!</p> <p>続いて特別講座・「応急手当」「穴追いを学ぶ」と穴追い講座もおおすすめです。</p> <p>「氣道入門会」「新月会」「満月会」もご参加お待ちしております!</p>					<p>9/30 11時~17時</p> <p>●自動運動・湯治合宿 【体の学校】(佐野)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 浄潤・佐野・松岡・櫻井 11時~19時</p>	<p>1 11時~17時</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 浄潤・松岡・櫻井 10時40分~18時半</p>
2	<p>3 【体塾】 10時半~12時(今野)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~19時</p>	<p>4 「舞踏コース」 11時~12時45分迄(芝崎) 演奏: 櫻井 【氣道塾】13時~14時半 ※講座後サロン有</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 浄潤・櫻井・松岡 14時50分~18時</p>	<p>5 「眼鏡」 新しい道具をみなさんへ 眼鏡のとよふく 12時半~14時半</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時</p>	<p>6 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>← 湘南道場 →</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時</p>	<p>7 【体塾】 10時半~12時(永井)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡・永井 12時半~19時</p>	<p>8 【体塾】 10時半~12時(今野)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時</p>
9	<p>10 【体塾】 10時半~12時(今野) 【氣道入門会】 14時~16時(今野)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 浄潤(遠隔整体予約日)・今野 12時半~19時</p>	<p>11 【体塾】 10時半~12時(松岡) 「穴追い講座」 12時半~14時半(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 15時~18時</p>	<p>12 【体(&心)塾】 10時半~12時(今野)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時</p>	<p>13 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時</p>	<p>14 【応急手当】 ①②12時半~15時40分 ※講座後サロン有</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 浄潤・松岡・永井・櫻井 16時~19時</p>	<p>15 「新月会」 10時半~12時 演奏: 優希&浄潤 【穴追いを学ぶ】 ①②12時半~15時40分 ※講座後サロン有(浄潤)</p> <p>新月整体(指導)&個人レッスン 浄潤・松岡・永井・櫻井 16時~19時</p>
16	<p>17 【体塾】 10時半~12時(今野)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~19時</p>	<p>18 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時</p>	<p>●氣道の学校in東京</p> <p>19 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時</p>		<p>20 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時</p>	<p>21 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 櫻井・松岡 12時半~19時</p>
23	<p>●氣道の学校in東京</p> <p>24 【体塾】 10時半~12時(今野)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~19時</p>		<p>25 【体塾】 10時半~12時(松岡) 【整体塾】12時半~14時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 14時半~19時</p>	<p>26 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時</p>	<p>27 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時</p>	<p>28 【体塾】 10時半~12時(松岡)</p> <p>整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時</p>
						<p>29 「満月会」 11時~13時(浄潤) 演奏: よしき&浄潤</p> <p>満月整体(指導)&個人レッスン 浄潤 13時20分~15時</p>

冬よりも、日中の朝晩の気温差がある季節が最も冷えの影響を受けやすいのです。そこで登場するのが足湯。

※足湯は、腰痛、喉の痛み、鼻風邪をはじめ、どのような症状に対しても、またいつの季節であっても、「何かの変動があればまず行って欲しい健康法」ですが、本格的な活用が多いのはこの季節からでしょう。(なお消化器に変動がある場合は「膝湯」のほうが効きます)

※普段から愉氣を受けていたり自動運動や脊髄行氣法や瞑想を行っている敏感な身体だと、たいていの変動は一回の足湯で事足りてしまいます。

※なお、10月も半ばになると朝方の冷えが強くなるため、起床直後に行うのが大変有効です。

(冷えの影響がある方は「冷えの急処」が詰まっていたり圧痛があるので、そこを整圧してから行えば効果大。

※なお、この季節に限らず「肘の冷え」は呼吸器に直接的に影響するので注意! 肘を触って冷たい時は「肘湯」が必要)

また体が求めれば、そろそろ塩気のある汁物を摂るようにしていくと良いでしょう。

なお、この季節に、骨盤の捻じれを整えておく冬が快適。こればかりは整体(指導)を活用するのが簡便です。

また、同封の『季節の健康法』を活用しながら、冬の準備を図ってくださいませ。

※なお、足湯の仕方は、かなりポイントや注意がありますので、それぞれの行い方は拙著「氣道入門」(東洋医学セルフケア)をご参照いただくか、整体指導を受けられる際に受付の方に「遠慮なく」お尋ね下さい。

(長谷川浄潤)

※整体(指導)&「個人レッスン」の時間は担当指導者によって異なります。(浄潤(遠隔整体受付日)という記載の日は遠隔整体のみ承ります)

※「個人レッスン」の時間枠で「夢コーチング」や「リングテスト」「温熱(アイロン)療法」「鍼灸療法」等もお受け頂けます(東京道場も同様)。

↑それぞれのチラシをお持ちでない方は以下までご連絡下さい。(急ぎお送りします!)

※各講座については
会報内を
ご参照ください!



各種ご予約やお問合せは、以下で承っております。(電話受付 12時半~17時半/月曜&第5週は休業) <https://npo-kido.com/>

〒231-0045 神奈川県横浜市中区伊勢佐木町5-127 Tel/045-261-3300 Fax/045-261-3304(24時間受付)

氣道

2023

10

東京道場の日程は裏面をご覧ください

個人指導 (整体指導・個人レッスン) & 講座スケジュール!

月	火	水	木	金	土	日
※「鍼灸整体」、ぜひご体験下さい! (担当:佐野) ※「氣道入門会」は予約制です。 ※●印は会員限定の講座です。						
2	3	4	5	6	7	1 【体塾】 10時半~12時(久保田)
整体(指導)&個人レッスン 永井・櫻井 10時半~20時	整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 13時~18時	12【体塾】 10時半~12時(永井)	整体(指導)&個人レッスン 永井 15時~20時	7【体(&心)塾】 10時半~12時(佐野) 「穴追い講座」 12時半~15時(佐野)	8【体塾】 10時半~12時(櫻井) 【整体塾】 12時15分~13時45分(浄潤) ※指導後心(&体)塾有
9	10	11	12	13	14	整体(指導)&個人レッスン 浄潤 14時~16時
整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	整体(指導)&個人レッスン 永井・櫻井 10時半~20時	●【整体塾】 15時~17時(佐野)	【氣道入門会】 12時半~14時半(永井)	13	14	15 ●新月
整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	整体(指導)&個人レッスン 永井・櫻井 10時半~20時	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野・櫻井 10時半~14時半 17時20分~18時20分	「穴追い講座」(京都・五右衛門) 13時~15時(浄潤)	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 13時~16時	19【体の学校①】 11時~16時	20【体の学校②】 11時~16時	21【心の学校①】 11時~16時	22【心の学校②】 11時~16時
整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 13時~16時	【氣道入門会】 11時~12時半(浄潤・佐野)	整体(指導)&個人レッスン 浄潤・永井 12時20分~18時半	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野・永井 16時20分~18時半	整体(指導)&個人レッスン 永井 17時半~18時半
23	24	25	26	27	28	29
【心のadvance 空の学校①】 11時~17時	【心のadvance 空の学校②】 11時~17時	【心のadvance 空の学校③】 11時~17時	【空の学校 予備日④】 11時~14時	27【虫講座(+総括)】 11時~15時	28 (土)	29 (日) ●満月
整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野・永井 17時20分~18時半	整体(指導)&個人レッスン 永井 17時半~18時半	整体(指導)&個人レッスン 永井 17時半~18時半	整体(指導)&個人レッスン 浄潤	整体(指導)&個人レッスン 浄潤	整体(指導)&個人レッスン 浄潤	整体(指導)&個人レッスン 永井 15時~20時
30	31					
30 (月)	31 (火)「穴追い講座」 12時半~14時半(永井)					

● 料金

- 個人指導(整体指導のこと)
 - ・会員 6,000円(30分枠 ※佐野 20分枠)
 - ・長谷川:会員8,000円(5~10分)
- 初めての方
 - ・会員 9,000円(1時間程度)
 - ・長谷川:会員 11,000円
 - (1時間前にはいらっしやって下さい)
- 個人指導(&グループ)レッスン(お薦め!)
 - 1時間枠(50分程度):
 - 会員 10,000円(佐野担当 12,000円)
 - ※当会で行っているほぼ全ての内容を学んで頂けます。
 - 詳細はチラシをご請求下さい(無料)。
- 温熱(アイロン)療法:6,000円
 - (↑行き方を学ぶのは個人レッスンにて)

- 鍼灸整体(40分):7,500円
- ★講座については会報同封チラシをご参照下さい。

●ご予約

整体(指導)&個人レッスンは、道場ご来場時またはお電話のみにて承っております。
 (緊急時以外は前日迄にご連絡下さい)
 ★ご予約をキャンセルされる場合は、指導日前営業日までにご連絡下さい。
 当日の場合は遠隔偷氣に替えさせていただきますので指導料はいただくこととなります旨、ご了承ください。

● 横浜道場 東京道場 関西方面

全て横浜道場にて受付。
 火曜日~日曜日(第5週を除く)
 12時半~17時半

●おすすめ!

当会で最もお薦めしたいのは個人指導(整体指導)や「個人レッスン」ですが、
 体質改善や深いリラクゼーションのためには、
 当会オリジナルの「鍼灸整体」や「アイロン療法」などもぜひご活用下さい!
 ※なお関東では横浜道場だけで公開の「マコモ風呂(横浜)」を無料で体験できます!
 「体塾」、「温熱療法」と併用されると驚くべき相乗効果があります!
 (また、それらの効果を最大限に引き出す「空の学校」(=偷氣の学校)は) あらゆる意味でお薦め!でもご興味のあるものからどうぞ。

横浜道場の日程は裏面をご覧ください

10

2023



氣道協会

東京道場

〒130-0022 東京都墨田区江東橋5-2-6深谷木材

Tel&fax/03-5600-0242 (指導日のみ受付)

※体質改善への近道!【体塾】は「体の学校」への準備&アフターフォローではありますが、定期的に活用されることによって体質は激変します。(一般の方もご参加頂けます。一般:2500円・会員:2000円)
 お得な月謝制度(→4回:6000円、8回:11000円)や回数券(3ヶ月有効:17000円)もございます(会員限定)。
 (東京・横浜共通。「体塾」の他「松岡担当の整体塾」にもご利用頂けます)