

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>お待たせ致しました!一番におすすめは、8日(全10回)から始まる整体法習得コース!! 次に今月の、「新月会」は誕生パーティーと共に!!「満月会」は「氣道の学校in天川村」と共に!!お待ちしております。</p>		1 【体塾】 (皮膚法) 10時半~12時(松岡)	2 【体塾】 (運動法) 10時半~12時(今野)
3	4 【体塾】 (皮膚法) 10時半~12時(今野) 整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~19時	5 <small>自由参加!</small> 誰でもすぐできる! 自由の時間「舞踏&自動運動」 11時~13時40分(芝崎) 生演奏BGM付:櫻井 ※予約不要 ※講座後サロンの有 初心者歓迎	6 「新月会」& <small>新月</small> 浄潤&今野 「誕生パーティー」 13時~15時 (その後2F~16時) 新月整体(指導)&個人レッスン 浄潤・松岡 11時~19時	7	8 体の学校① 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	9 体の学校② 整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時
← 整体法習得コース(ゆっくりコース) →						
10 「快医学&野口整体 と氣道指導」 湘南道場 11時→(6名)(浄潤) 問合せ→浄潤先生に直接 口頭にてお願いします	11 【体塾】 (皮膚法) 10時半~12時(今野) 【氣道体験会】 14時~16時(今野) 整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~13時半 16時半~19時	12 【体塾】 (運動法) 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	13 【体塾】 (呼吸法) 10時半~12時(今野) 整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時	14 【体塾】 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時	15 【体塾】 (呼吸法) 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	16 【体塾】 (運動法) 10時半~12時(松岡) ●【整体塾】 12時半~14時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 14時半~19時
17	18 【体塾】 (温法) 10時半~12時(今野) 整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~19時	19 【体塾】 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	20 整体指導 11時~15時(浄潤) 芦屋 【体塾】 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時	21 整体指導 11時~12時(浄潤) 【体塾】 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時	22 満月「体験会」 <small>満月</small> 体の学校① 【体塾】(運動法) 10時半~12時(松岡) 満月整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	23 体の学校② 【体塾】(呼吸法) 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時
← 氣道の学校in天川 →						
24 【心の学校】 夢の学校① 【体塾】(温法) 10時半~12時(今野) 整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~19時	25 【心の学校】 夢の学校② 【体塾】(運動法) 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	26 空の学校① 【体塾】(皮膚法) 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	27 空の学校② 【体塾】(呼吸法) 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	28 空の学校③ 【体塾】(運動法) 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	29 空の学校④ (予備日) 【体塾】(呼吸法) 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~14時	30 「靈障(虫)講座」 & 総括

水無月(6月)の整体法

梅雨は、湿気により皮膚呼吸が停滞するため、呼吸器や泌尿器がぐたぐたややすく、体もうっとおしくなりがちな季節です。(そのためにも) 何事もピンチはラッキー。
※注/ピンチはチャンス以上なのです。
ですが、冬に目のケアをすると目が良くなるのと同様に、この時期に皮膚呼吸を活発にする と 体質の改善が図れるのです。
それには 何より発汗が最も。
中でも自動運動での発汗は最高で、なぜなら、自分の体に合った運動による発汗は サウナやジョギング等による発汗とは異なり、奥の老廃物(=心理的な毒)をも短時間で排泄することができるからです。
※なお、その前に足の指を引っ張ると皮膚が開くため、さらに呼吸が楽になります。
(右足小指から親指まで。同様に左足を行います)
すでに息苦しい方は⇒ 勤のポーズで下肢第七(脚裏筋肉)の硬直部位を弛めたと深呼吸をすると楽になります。
心身が重くだるい方は⇒ 自動運動の誘導法2を右側から、かつ多めに行ってから自動運動を行って下さい。
※上記で分からない点がある方は「整体指導」を受ける時に、受付の者に遠慮なくお伺い下さい。
(なお、掃除をしても同時に散らかしては意味が無いのと同様発汗誘導と共に食事の「質」を軽くするのをお薦め。(サラダでしたら量は多くても大丈夫))
ですから、肝臓が腫れている方は、(ほとんどの方がそうです)
⇒ この時期、甘いものや脂、肉魚を控えめにし、野菜、特に生野菜を多めにする と 血液もサラサラになり、体のみならず心までも軽くなるのが実感できます。
その意味でも梅雨はデトックス(あるいはダイエット)に格好の時機!
そして、そうした減食(デトックス)期間に、整体指導を受けたり、自動運動、瞑想をすると、少なくとも通常の倍以上の相乗効果があります。
梅雨をうまく活用して、心身をリフレッシュさせていきましょう!!
※そのために、この時期から「砂浴」(フグ中も助かるデトックス効果有り)をお薦めしているわけです。「海での大地の砂浴」と「山での水による滝行」はまさに陰陽の関係。「氣の道」を深める楽しい二つの夏合宿が始まります!
(長谷川浄潤)

※整体(指導)&「個人レッスン」の時間と料金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)
※なお、「個人レッスン」の時間枠で「夢コーチング」や「Oリングテスト」「温熱(アイロン)療法」「鍼灸整体」等もお受け頂けません(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

2024

6

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
  			※2024年からは「学校」と「塾」とを連動させ、「体塾」はプチ各学校の扱いになっております。各「資格講座案内」をごらん下さい。 ※「鍼灸整体」、ぜひご体験下さい! (担当:佐野) ※「氣道体験会」は予約制です。 ※●印は会員限定の講座です。		1 【体&整体塾】 11時~12時半(浄潤) <small>※健康法マスター(体の技]卒業生)ならどなたでも参加OK</small> 【心塾】 15時半~16時半(浄潤) 整体(指導)&個人レッスン 浄潤・佐野 12時50分~15時	2 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 11時~12時
3 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	4 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	5 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 15時40分~18時	6 新月 整体(指導)&個人レッスン 永井 15時~20時	7 【体塾】 10時半~12時(永井) 「アイロン療法講座」 12時半~14時半(永井) 整体(指導)&個人レッスン 永井 15時~20時	8 【整の学校Ⅱ】 (Ⅱでなくとも大丈夫) 11時~13時 4千円 「整体法習得コース」 (ゆっくりコースin横浜)	9 整体(指導) 8日(13時~) 9日(11時~) 「整体法習得コース」 (ゆっくりコースin横浜)
10 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	11 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	12 【体&整体塾】 11時~12時半(浄潤) <small>※健康法マスター(体の技]卒業生)ならどなたでも参加OK</small> 【心塾】 15時半~16時半(浄潤)	13 整体(指導)&個人レッスン 浄潤・佐野・久保田 11時~15時	14 整体(指導)&個人レッスン 永井 15時~20時	15 【体塾】 10時半~12時(佐野) 【整体塾】 12時半~14時半(佐野)	16 整体(指導)&個人レッスン 佐野 15時~17時
17 【氣道体験会】 10時半~12時半(永井) 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	18 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時半~20時	19 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 15時40分~18時	20 整体(指導) 12時~15時 芦屋	21 整体(指導) 11時~12時 氣道の学校in天川	22 満月 整体(指導)&個人レッスン 佐野 15時~17時	23 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時半~17時半 アイロン療法講座 11時~14時(永井)
24 整体(指導)&個人レッスン 永井 13時~20時	25 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時半~20時	26 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時半~20時	27 整体(指導)&個人レッスン 久保田 12時半~14時	28 整体(指導)&個人レッスン 久保田 12時半~14時	29 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時半~17時半	30 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時半~17時半

●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ゃって下さい)

- 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。
 当日の場合は遠隔倫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、ご了承下さい。

●おすすめ!

当会で最もお薦めしたいのは「空の学校」(=倫氣の学校=幸せの学校)です。
 次いでおススメなのは、その為にも整体(指導)や個人レッスンですが、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!

横浜道場の日程は裏面をご覧ください

6

2024



氣道協会

東京道場

〒130-0022 東京都墨田区江東橋5-2-6深谷木材興

Tel&fax/03-5600-0242 (指導日のみ受付)

※【体塾】で「体の学校」の内容を全て学ぶことができます。
 定期的に活用されコツコツ学ぶことによって健康法masterになれ、認定書も修得できるようになりました。
 (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)もごさいませ(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)