

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>今月は、おすすめしたい、ご案内したい講座がたくさん!!まずは、3日連続で行なわれる「自動運動合宿・瞑想バージョンin横浜道場」です。今回は浄潤先生も講師としてゆうさんとお二人で、自動運動を徹底的に深めていただく為に、全力でサポートさせていただきます。その後に訪れるものとは…。どうぞおたのしみ下さい。次に…東京道場にて永井担当の2/8(日)速読法講座、2/19(木)アイロン療法講座。佐野担当の2/28(土)0リング講座。そして、春の穴追い講座。満月・新月会、舞踏コースもどれもおすすめです。(個人的には最強イヤソノチの芦屋(2/4)も!(初・浄潤))</p>						
<p>2 満月(体験会)! 満月 〈自動運動(&瞑想)OK!即興生ライブ!〉11時~13時 (どなたでも参加OK!です) ※同封チラシをご参照下さい。 4,000円 動画会員:3,500円 演奏:よしき&マルコス&浄潤 ※その後2Fクウムにて懇親会(氣道サロン実費のみ)</p> <p>満月整体(指導)&個人レッスン 浄潤 13時半~15時10分</p>	<p>3 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) 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(遠隔整体予約日) 16時半~18時</p>	<p>4 誰でもすぐできる 舞踏コース 11時~13時(芝崎) 生演奏付き 演奏:よしき 整体(指導)&個人レッスン 松岡 13時半~19時</p>	<p>5 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) 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</p>	<p>6 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※心地よく動こう!! 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</p>	<p>7 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※体と対話しながら動く! 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~18時半 永井 14時半~16時半</p>	<p>8 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※心地よく動こう!! 10時半~12時(松岡) 整体塾(愉氣法の会)(整体塾をつつ整体の学校) ※愉氣法の心地よさを味わう! 12時半~14時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 14時半~18時</p>
<p>9</p>	<p>10 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) 10時半~12時(今野) 整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~19時</p>	<p>11 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※自動運動をたくさん! 10時半~12時(松岡) ●穴追い講座 12時半~15時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 16時~19時</p>	<p>12 研修会 12時位~ 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 11時~12時</p>	<p>13 10時半~16時 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) くどなたでも参加OK! 3,000円 10時半~12時(浄潤)(年会費:2,500円) ●自動運動(合宿瞑想バージョンin横浜道場) 体を通しての「整体」への道!(最強&最速)</p>	<p>14 11時~16時 整体(指導)&個人レッスン 松岡・佐野・永井 16時20分~18時半</p>	<p>15 11時~16時 整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 16時半~18時</p>
<p>16</p>	<p>17 新月(体験会)! 新月 〈自動運動(&瞑想)OK!即興生ライブ!〉11時~13時(浄潤) 演奏:よしき&マルコス&浄潤 ※同封チラシをご参照下さい。※講座後懇親会あり 新月整体(指導)&個人レッスン 浄潤 13時半~15時10分 今野 15時半~17時半</p>	<p>18 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) 10時半~12時(浄潤) くどなたでも参加OK! 3,000円(年会費:2,500円) 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 12時20分~(参加者のみ4名) 松岡 12時半~19時</p>	<p>19 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※自動運動をたくさん! 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</p>	<p>20 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※心地よく動こう!! 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</p>	<p>21 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※体と対話しながら動く! 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~18時半</p>	<p>22 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※心地よく動こう!! 10時半~12時(松岡) ●穴追い講座 12時半~15時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 15時半~18時</p>
<p>23</p>	<p>24 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) 10時半~12時(今野) 整体(指導)&個人レッスン 今野 12時半~19時</p>	<p>25 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※自動運動をたくさん! 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時</p>	<p>26 研修会 12時位~ 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 11時~12時(6名)</p>	<p>27 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) 10時半~12時(浄潤) (どなたでも参加OK!) 3,000円(年会費:2,500円) 整体(指導)&個人レッスン 浄潤 12時20分(参加者のみ4名) 松岡 12時半~19時</p>	<p>28 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) ※体と対話しながら動く! 10時半~12時(松岡) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~18時半</p>	<p>2</p>

※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「0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!)

※各学校etcについては
会報内を
ご参照ください!



氣道協会

・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 11時~17時半/月曜&第5週は休業)

〒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)

<https://npo-kido.com/>

氣道 検索

如月(2月)の整体法

2月の上旬までは乾燥するため、1月同様に「生水の飲用」が大切な整体法となります。

〈生水の飲用の絶大な効果!!〉

1. まず真っ先に変化するのが「眠り」です。
(そのため「疲れ」が真から抜けます。
同時に、心の疲れもとれるため、つまらぬ事でクヨクヨしなくなったり、気にならなくなっていくますヨ)
2. 肌が瑞々しくなります。
(そして眼~唇~そして全身の肌が潤ってきた頃には、さまざまな慢性的症状も軽くなっています。)

〈どの位の量を飲んだら良いのか?〉

「通信テキスト(氣道講座)」の食のテキスト(117~118)に書きましたように、どんな方にも無難な量として5リットルを薦めています。飲める方は(この期間は)1リットルでも一升でも構いません。
※なお、上記「通信テキスト」をお持ちでない方は、事務局までFAXか電話にて一報ください。(無料。送料のみご負担下さい)

★湯冷ましは不可。(金魚も死んでしまうそうです)

★この季節は常温でもはく!

(「秋の」彼岸から「春の」彼岸までは積極的に飲むべしといいますが、この季節は野口晴哉先生によると「5度以下の生水に限る」との事、試してみればその理由が分かることでしょう。上記の効果が存分に得られます。
★生水についても水道の直接とか汚い水はもろん不可。(そのため西医学の西膳医師は「清い生水」と言っていました)

1. 「食の学校」DVDでもいったように、食事のグルメならぬ「水グルメ」になって、味わいつつ飲んでみましょう。
2. 何よりの滋養強精のための薬、サプリだと思って、「味わって」全身に浸み渡らせるつもりで飲んでみましょう。
(実際そんなのです。栄養が無いのに、実に不思議ですが、栄養が無いからこそ握る力を引き出すのです。)

※背骨を通して飲むつもりになるととても体に浸透します。また丹田に水を飲み込み、それを全身に拡げる体感を持つ方法もあります。(どちらとも奥義)

※さて、遅いでも1月後半から2月初めには、後頭骨が開き、春の準備をしています。
この時、後頭骨を軽く持ち上げるように外から順に頭上まで愉氣をするか、その後、頭上に温法をすると春への経過がスムーズです。(首の緊張も抜けます)

続いて肩甲骨の可動性が良くなり(骨盤はその後)胸が開くのですが、それを邪魔するのが肩甲骨内縁の硬直で、それは目の疲労のためです。

(酷くなると前肩になり胸が縮み呼吸が浅くなるため、イライラしたり眠り難くなりますが、そうなった場合は尾骨の焼塩温法が有効です)

※また、暖房を入れても冷える場合は胸椎1番の変動を伴っていますから、冷えの急処だけでなく、その裏(足裏)も押圧愉氣して足湯が膝湯をするとか効果があります。

※「整体(療法)」でいえば2月だけが骨盤を調整するチャンス! 太りすぎの方だけでなく「女性」の方はお見逃しなく!!
(長谷川浄潤)

2026

2

東京道場の日程は裏面をご覧ください

月	火	水	木	金	土	日
※2024年からは「学校」と「塾」とを連動させ、「塾」はプチ各学校の扱いになっています。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 埼玉支部にいらした事の無い方はぜひ！ この日の予約先は080-3391-7707(大須賀)までお願いします。
2 整体(指導)&個人レッスン 永井 12時半～16時	3 【体塾】 (=コツコツ『体の学校』) 10時半～12時(永井)	4 芦屋・六麓荘11-13 整体講座 13時20分～15時(8名のみ限定) 11時～12時(浄潤) 整体(指導) 11時～(浄潤)	5 整体(指導)&個人レッスン 久保田 12時半～15時半	6 「コツコツ整体の学校」(=整体塾)&コツコツ体の学校(=体塾) 整体(指導)講座後8名(浄潤) 京都	7 【体塾】(=コツコツ『体の学校』) 10時半～12時(佐野) 【整体塾】 12時半～14時(佐野) 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 14時40分～17時	8 初の試み!!... 1日の生活だけで健康に!!... 11時～13時 4千円 ※定員16名 整体(指導)講座後8名(浄潤) 埼玉支部
9 埼玉支部 ※個人指導の枠(8名) 整体(指導)&個人レッスン 永井 12時半～16時	10 ●「穴追い講座」 10時半～12時(永井)	11 【体塾】(体験会)!! 10時半～12時 動画講座 (浄潤) ●【整体塾】 12時15分～14時15分(浄潤) 会員:4,000円 動画会員:3,500円 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 浄潤 14時半～(8名) 佐野 14時40分～16時	12 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	13 そうだ、千葉に行こう!	14 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	15 「速読法講座(初等)」 11時～14時(永井)
16 整体(指導)&個人レッスン 永井 12時半～18時半	17 新月 【氣道体験会】 10時半～12時半(永井)	18 整体(指導)&個人レッスン 佐野 13時～18時	19 【体塾】(=コツコツ『体の学校』) 10時半～12時(永井) 「アイロン療法講座」 12時15分～13時半(永井) 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	20 〈浄潤in眼鏡のときよふく〉 「とにかく目が良くなる!」 参加費:4,000円 定員:6名 10時15分～12時15分 千葉	21 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 浄潤 11時～ 佐野 11時～13時	22 ●「穴追い講座」 11時～13時半(佐野) 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 14時40分～16時
23 ●「穴追い講座」 11時～13時半(永井) 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	24 整体(指導)&個人レッスン 永井 11時～18時半	25 整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 13時～18時	26 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	27 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	28 「〇リング講座」 11時～13時半(佐野) 〇リンググループレッスン 14時～15時半 (30分4名ずつ×3コマ) 整体(指導)&個人レッスン 佐野 15時40分～17時	29 整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18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 8,000円(5～10分)
- 初めての方
 - ・初回料 +3,000円
 - (なお、1時間前にはいらっしやして下さい)

●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るかサイトをご参照下さい。

●温熱(アイロン)療法：6,000円

(↑行い方を学ぶのは個人レッスンにて)

●〇リングテスト

●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。
 当日の場合は遠隔愉氣に替えさせて頂きます
 指導料は後日お振込下さい。

●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」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」(=愉氣の学校)は)あらゆる意味でお薦め！しかしご興味のあるものからどうぞ！

※【体塾】や整体(指導)の前後で「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っています。
 (【体塾】は一般の方もご参加頂けます。一般:2500円・会員:2000円 長谷川→一般:3000円・会員:2500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)



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)