

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。今回は淨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、全力でサポート下さいます。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シロチの芦屋(2/4)も!(初)淨潤)</p>						
2 満月(体験)会! (自動運動(&瞑想) OK『即興生ライヴ!』)11時~13時 (どなたでもご参加OK!) ※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&淨潤 ※その後2ヶ月程にて懇親会 (気道サロン実費のみ) 満月整体(指導)&個人レッスン 淨潤 13時半~15時10分	3 【体塾】(=コソコソ『体の学校』) 10時半~12時(今野) 【氣道体験会】 14時~16時(今野)	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	5 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) 10時半~12時(今野)	6 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) ※心地よく動こう!! 10時半~12時(松岡)	7 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) ※体と対話しながら動く! 10時半~12時(松岡)	1 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) 10時半~12時(今野) 整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~18時
9	10 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) 10時半~12時(今野)	11 【体塾】(=コソコソ『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)	12 研修会 12時位~	13 10時半~16時 【体塾】(=コソコソ『体の学校』) (どなたでも参加OK!) 3,000円 10時半~12時(淨潤)(年会員:2,500円)	14 11時~16時 → 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)	8 【体塾】(=コソコソ『体の学校』) ※心地よく動こう!! 10時半~12時(松岡) 整体塾(偷氣法の会)(整体ごこつ 整体の学校) ※偷氣法の心地よさを味わう! 12時半~14時(松岡)
16 新月(体験)会! (自動運動(&瞑想)OK 『即興生ライヴ!』)11時~13時(淨潤) 演奏:よしき&マルコス&淨潤 ※同封チラシ ※講座後懇親会 新月整体(指導)&個人レッスン 淨潤 13時半~15時10分 今野 15時半~17時半	17 【体塾】(=コソコソ『体の学校』) 10時半~12時(淨潤) (どなたでも参加OK!) 3,000円(年会員:2,500円)	18 【体塾】(=コソコソ『体の学校』) ※自動運動をたくさん! 10時半~12時(松岡)	19 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) ※自動運動をたくさん! 10時半~12時(松岡)	20 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) ※心地よく動こう!! 10時半~12時(松岡)	21 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) ※体と対話しながら動く! 10時半~12時(松岡)	22 【体塾】(=コソコソ『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)
23 24 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) 10時半~12時(今野)	25 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) ※自動運動をたくさん! 10時半~12時(松岡)	26 研修会 12時位~	27 【体塾】 (=コソコソ『体の学校』) 10時半~12時(淨潤) (どなたでも参加OK!) 3,000円(年会員:2,500円)	28 【体塾】 (=コソコソ『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 今野 12時半~19時	整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	整体(指導)&個人レッスン 淨潤 11時~12時(6名)	整体(指導)&個人レッスン 今野・松岡 12時半~19時	整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~19時	整体(指導)&個人レッスン 松岡 12時半~18時半	

※整体(指導)&「個人レッスン」の時間&料金は担当指導者によって異なります。(淨潤(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!)

2月の上旬まではぐる乾燥するため、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、つまらぬ事でヨクヨクしなくなったり、気にならなくなっています。)

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、
さまざまな慢性的な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が、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か電話にてご一報ください! (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)

★この季節は常温もではなく!

(「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。)

★生水といつても水道の水直接受け汚い水はもちろん不可。

(そのため西医学の西脇老師は「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、食事のグリルめならぬ「水グリル」になって、味わいつづんでみましょう。

2. 何よりの滋養強精のための薬、サプリだと思つて、「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。

(実際どうなのです。栄養が無いのに、常に不思議ですが、栄養が無いからこそ握の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。(どちらも奥義)

※さて、遅い人でも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偷氣をするか、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)

統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線の硬直で、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塗温法が有効です)

※また、暖房を入れても冷える場合は胸椎1番の変動を伴つていますから、冷えの急処だけでなく、その裏(足裏)も押温氣して足湯か膝湯をするのが卓効があります。

※「整体(操作)」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」の方はお見逃しない!! (長谷川淨潤)

月	火	水	木	金	土	日
<p>※2024年からは「学校」と「塾」とを連動させ、「塾」は各校の扱いになっています。 講座案内をごらん下さい。</p> <p>※「鍼灸整体」、ぜひご体験下さい！ (担当:佐野)</p> <p>※「氣道体験会」は予約制です。</p> <p>※ ●印は会員限定の講座です。</p>						
<p>そうだ芦屋に行こう！</p> <p>初 芦屋最高のイヤシロチ「鏡明庵」にて 氣道体験会”的な内容で行ないます!!</p> <p>(11時～13時の講座後整体指導)</p>						
2	3 【体塾】 (=コソコツ『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)	5 11時～12時(淨潤) 整体(指導) 11時～(淨潤)	6 「コソコツ整体の学校」(整体塾) &「コソコツ『体の学校』」 整体(指導)後8名(淨潤)	7 【体塾】(=コソコツ『体の学校』) 10時半～12時(佐野) 【整体塾】 12時半～14時(佐野)	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。
整体(指導)&個人レッスン 永井 12時半～16時	整体(指導)&個人レッスン 永井 12時半～18時半	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 13時～18時	整体(指導)&個人レッスン 久保田 12時半～15時半	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 14時40分～17時	整体(指導)&個人レッスン 佐野 14時40分～16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(淨潤)
9 ←埼玉支部 ※個人指導の枠(8名)	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 12時15分～14時15分(淨潤) 会員:4,000円 動画会員:3,500円	12	13	14	15 「速読法講座(初等)」 11時～14時(永井)
整体(指導)&個人レッスン 永井 12時半～16時	整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 14時半～(8名) 佐野 14時40分～16時	整体(指導)&個人レッスン 千葉 10時半～12時半(永井)	19 【体塾】(=コソコツ『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)	20 (淨潤in眼鏡のとよふく) 「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	21
16	17 新月 【氣道体験会】 10時半～12時半(永井)	18	19	20	21	22 ●「穴追い講座」 11時～13時半(佐野)
整体(指導)&個人レッスン 永井 12時半～18時半	整体(指導)&個人レッスン 永井 13時～16時	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 13時～18時	整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 11時～ 佐野 11時～13時	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 14時40分～16時	23
23 ●「穴追い講座」 11時～13時半(永井)	24	25	26	27	28 「Oリング講座」 11時～13時半(佐野) O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)	29
整体(指導)&個人レッスン 永井 14時～18時半	整体(指導)&個人レッスン 永井 11時～18時半	整体(指導)&個人レッスン&鍼灸整体 佐野 13時～18時	整体(指導)&個人レッスン 佐野 15時40分～17時	整体(指導)&個人レッスン 佐野 15時40分～17時	整体(指導)&個人レッスン 佐野 11時～13時半(佐野)	整体(指導)&個人レッスン 佐野 14時40分～16時

※【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ソ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)



氣道協会

東京道場

〒130-0022 東京都墨田区江東橋5-2-6深谷木材奥
Tel&fax/03-5600-0242 (指導日のみ受付)

●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)

●O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。

当日の場合は遠隔営業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」(=営業の学校)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！)