

頭をリフレッシュしたい全ての方にお薦めします。

# 頭が休まらない方へ

## 体癖講座Ⅱ〈上下型〉

どうあっても現代人は頭が休まりません。

その理由は

- ①現代の生活様式のせいの一つ。
- ②もう一つはスマホやパソコンによる眼の疲労のため。

(眼は表出した脳ですから)

——そのため、この講座は、ほぼ全員に必要な講座だといえるでしょう。

なお、この講座は「NSK」(野口整体研鑽会)として、前回から始まった体癖講座の一環として行います。そのため、基本的に手当てをし合うことが中心となりますが、紹介する方法はほとんど全て自分一人で出来ますし、また一人で行う体操(一回のみ数秒)もご紹介します。また、頭を良く使ったり、疲れたりするタイプの体癖を上下型というのですが、むしろ上下型でない体癖の方が、頭を使った影響が強く残ります。そういう意味でも、体癖講座の一環ではありますが、冒頭に書きました通り、どんな方にも一生涯活用出来る講座です。

### ●実習内容(ごく一部)

- ・脳を積極的に使えるようにする体操
- ・脳の疲労を急速に抜く体操
- ・「脳の急処」への手当て(上下体癖操法から抜粋)
- ・頭痛、頭重はこれでOK!
- ・頭を使わないための秘儀!
- ・その他→ 楽しみにしてください。

日時：2022年5月14日(土) 午後12時半～14時半

講師：長谷川淨潤

講師プロフィール

日本を代表する整体指導者。  
整体歴51年。2022年現在まで12万人以上の方を指導。  
その整体(指導)は「運が良くなる」との評。  
早稲田大学 opencollege 講師。博士(名誉医学)。僧侶。神官。  
“氣道”創始者(家元)。修験道教師。座禅及び瞑想指導者。滝行指導者。ヨガ指導者。(クリアヨガ)  
著書多数。

場所：東京道場

受講費：会員5千円 一般5千5百円 動画会員4千5百円

※事前入金の方は「500円引き」

※愉氣セラピストは500円引き

特典：当日お渡しするDVD(CD)チラシを全て一割引で購入可。(申込み5月末日迄)

その他：

・講座後の整体(指導)も受付ておりますが、数名のみですので早めにご予約下さい。(045-261-3300)

※後日復習したい方はこの機会に動画会員になられる事をお薦めします！

※こちらの講座は、後日、「動画会員」の皆様へオンライン配信予定です。

「動画会員」になりますと、年会費無料で、

毎月一回、長谷川先生の最新動画を楽しめます。

(しかも当会の会員特典を全てご活用いただけます！)

また本講座を割引でご参加いただくこともできます。

——月々3980円ですが、当会会員の方は専用クーポンのご入力で、初月無料です。

どうぞお気軽にお試しください！

・新型コロナウイルス性肺炎の予防は万全ですのでご安心下さい。

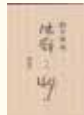
(そのためマスクは「他の方のため」ご遠慮ください)

・一般可 ・当日入金可(事前入金の場合は-500円!) ・事前予約



## 参考図書

- ・「整体入門」
- ・「体癖Ⅰ&Ⅱ」 全生社 ←これを既にお持ちの方は筑摩文庫版もお求め可。



## お申込み＆ご入金方法

- ・氣道協会事務局までお電話(045-261-3300)戴か、下記申込用紙にご記入の上 FAXにてお送りください。(24時間受付)
- ・当日入金も可能ですが、事前入金の方は講座料金を「500円引き」です。

お申込後、1週間以内にご入金ください(道場へのご持参あるいは下記へのお振込にて)

なお、入金された受講料は返却できませんのでご了承くださいませ。

- 郵便振替：00180-4-753530(氣道協会) ●ゆうちょ銀行：〇二八店(普)6495060 (氣道協会)

## 「体癖講座Ⅱ」ご参加申込書

このままFAX(045-261-3304)でご送信いただけます(24時間受付)

お名前

お電話番号

ご住所

▼以下該当する項目にシ点をお入れください

会員 動画会員 一般 事前入金(-500円) 愉氣セラピスト(-500円)