

体の学校卒業生へのプレゼント企画！

自動運動合宿

湯治バージョン in 横浜道場

- ・こんなポカン体験初めて！
- ・深い心のクリーニングになった——と大好評♪

自動運動はいいと思うけれど、今ひとつ馴染めていない方、もっと深めたい方、体も心もクリーニングしたい方……どなたでも気軽に自動運動を深めるチャンスです！！

体に“まかせて”動く「自動運動」は、「動く禅」であり、「健康法の打ち出の小槌」。自動運動を無意識レベルまで浸透させて、普段から「まかせる」ままに生活できたら理想ですね！

でも、家で一人で自動運動をしても、なかなか深まりづらいもの。なので、昔はお寺で一週間、連日8時間自動運動をする場があったと聞きます。すると普段は出ない様々な動きが出て、最後は体も心も止まってポカンとするそうです。一週間までは難しくとも、連日&道場で行うことで、ずいぶん深まるのです。



一年で一番体が変わる春。
自動運動をたっぷり行い、「ポカンとできる体づくり」をしてみませんか？

**長時間の自動運動に自信がない方
うまくできないと感じる方も大歓迎！**



詳細は裏面をご覧ください⇒

長年たくさんの人々が自動運動を行なってきた「道場」で、
色々な人と組んで、たっぷり時間を取って行う自動運動はまた格別！

「2日間、意外にあつという間だった！」「本当は3日は行きたい」
——そんなお声をたくさん頂いています。

休憩も随時取れますので、どうぞ安心してご参加ください。



- 日時：3月8日(土)～9日(日) 11～17時
- 定員：8名
- 講師：佐野裕子
- 参加費：体の学校卒業生 11000円 「自動運動&湯治合宿」経験者 10000円 動画会員 -1000円
※単日参加は空きがある場合に2/18(火)より承ります。1日6000円(動画会員-500円)。
- 参加資格：体の学校卒業生である会員の方。
- 特典：ご希望の方は1日1回「マコモ風呂」にお入りいただけます(15分枠、無料)。
- その他：自動運動を深めるために、さまざまなワークも行います。
タオルをご持参ください(多少茶色くなくても大丈夫なもの)。
道場宿泊ではありません。必要に応じてホテル等をご手配ください。
要予約、事前入金です。
- 申込：お電話(045-261-3300)または、FAX申し込みフォームにてお申込下さい。
※その後一週間以内に受講料をご納入下さい(道場へのご持参もOK)。
ご入金をもってご予約完了となります。



参加申込書 FAX 045-261-3304 (24時間受付)

ふりがな
お名前

ご住所(〒 -)

お電話番号

▼該当する項目にはすべて**レ点**をお入れください。

- 体の学校卒業生
- 参加日：2日間連日参加
単日参加 3/8のみ 3/9のみ
- 「自動運動合宿」経験者 動画会員