

個人指導 (整体) & 講座スケジュール

火	水	木	金	土	日
		※ 個人指導&個人レッスンの時間帯は各々異なりますのでお問合せ下さいませ。 (長谷川代表は基本的に13~16時、他指導者は最長19時までです。 宮本の、宮本(夜)の日は21時までお受け頂けます) ※ ●印は会員限定の講座です。			1 「皮膚からのアプローチ講座」 11時~12時40分 (大高) ●「整体法修得講座 1年コース④」 13時~18時 (長谷川)
3 【体塾】 10時半~12時 (今野) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・宮本(夜)	4 【体塾】 10時半~12時 (松岡) 個人指導&個人レッスン 松岡・宮本(夜)	5 【体塾】 10時半~12時 (宮本) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・松岡・宮本(夜)	6 【体塾】 10時半~12時 (角川) 【体塾】 19時~20時半 (宮本) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・松岡・宮本	7 【体塾】 10時半~12時 (角川) ●「七夕会」 17:07~19:07 (長谷川) 個人指導&個人レッスン 長谷川・佐野・松岡・宮本	8 【体塾】 10時半~12時 (長谷川) 個人指導&個人レッスン 長谷川・松岡・宮本(夜)
10 【体塾】 10時半~12時 (今野) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・宮本(夜)	11 「自動運動& 舞踏体験コース」 11時~12時50分 (舞踏: 芝崎三朗 BGM: 長谷川 (pt)) 【体塾】 19時半~21時 (木戸) 個人指導&個人レッスン 長谷川・角川・松岡	12 【はじめての氣道】 10時半~12時半 (木戸) 個人指導&個人レッスン 長谷川・佐野・松岡・宮本	13 【体塾】 10時半~12時 (角川) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・松岡・宮本(夜)	14 【体塾】 10時半~12時 (宮本) 「耳講座」(旧名: からだの智慧) 12時半~14時半 (宮本) 個人指導&個人レッスン 松岡・宮本(夜)	15 【体塾】 10時半~12時 (松岡) 個人指導&個人レッスン 松岡・宮本
17 【体塾】 10時半~12時 (今野) 個人指導&個人レッスン 今野・角川	18 【体塾】 10時半~12時 (松岡) 【体塾】 19時半~21時 (木戸) 個人指導&個人レッスン 長谷川・角川・松岡	19 【体塾】 10時半~12時 (松岡) ↓体塾ご参加者のみ予約可 個人指導&個人レッスン 長谷川・佐野	20 【体塾】 10時半~12時 (角川) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・松岡	← 「砂浴合宿」@白子海岸 (今野) → 7/16 21 【体塾】 10時半~12時 (松岡) 個人指導&個人レッスン 松岡	
24 【体塾】 10時半~12時 (今野) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・宮本(夜)	25 【体塾】 10時半~12時 (松岡) 【整体塾】 12時半~14時 (松岡) 個人指導&個人レッスン 角川・松岡・宮本(夜)	26 【体塾】 10時半~12時 (角川) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・松岡・宮本(夜)	27 【体塾】 10時半~12時 (角川) 個人指導&個人レッスン 今野・角川・松岡・宮本(夜)	← 「滝行」@夕日の滝 (滝マスター指導者) → 28~29 個人指導&個人レッスン 長谷川・松岡・宮本(夜)	
22 「温熱療法講座」 11時~12時40分 (永井) ●「整体法修得講座 1年コース⑤」 13時~18時 (長谷川) 個人指導&個人レッスン 長谷川・松岡・宮本(夜)					

文月の整体

いよいよ夏。
 例年、身体は、旧暦の6月下旬位から夏入りします。
 そして夏は呼吸器が活発になるため、行動力が出てきます。
 一年は一生の流れと似ています。
 (春に誕生し、冬に旅立ち。
 ですから、春(赤ちゃん)からの自然な養生で身体を育てた方は、自然と動きたくてくるのです。)
 さて、そうした「夏」の健康法ですが、青年期がそうであるように、「よく働き、よく遊ぶ」ことだけで養生になるのです。
 (もともと、どの季節も人間の体(心)はそのように作られています!)
 あえて言うなら、「発汗の大切さ」。
 人間は汗をかくのを嫌がりますが、汗を通して、尿や大便では排泄できない有害物質や農薬、水銀を初めとする残留金属も排泄されるのです。
 ですから身体としては汗ばく。(い、精神的な毒も汗を通して、外に流れていくのですよ!)
 (それ故に風邪も「引く」ことができ、身のクリーニング(排泄)ができるのです。なぜなら風邪の急処と汗の急処は全く同じだから。(胸椎5・10番、腰椎1・3番))
 そのように、発汗は人体にとって、とても重要なバランス機能なのです。
 ですから、夏を存分に謳歌した人は、その後の季節である秋~冬も実に快適に過ごせます。
 と、ころが…その発汗を邪魔するものがあります。(一-)。それは冷房です。
 冷房によって発汗しにくくなることも大きなデメリットですが、それ以上のデメリットは、一度かいた汗が引く込んでしまうことです。
 これを「汗の内攻」といいますが、この汗の内攻が実に様々な悪影響を体や心に及ぼしてしまうのです。
 しかも、一度内攻した汗はお風呂に入っても出にくいのです。そのため、大股歩きを初めとして、冷房車から降りた時には足裏筋肉(下股第七)を弛めることを意識にしたい、と20年以上言い続けています。(笑)
 そうすると腰椎5番を通して「汗の急処」である胸椎5番が緩みやすくなるからですが、その胸椎5番自体に揃えるのも、とっても良い方法です。
 それらの場処が分からなくとも後頭部の出っ張りも発汗を誘導できます。(頭上の場処が分ればそこを6分間でOK)
 というのは、そこには延髄といって人間が生きている本能の中枢があるからです。ですから、発汗だけでなく、夏場の頭痛、めまい、発熱その他、風邪のような急性的症状にはそれを行うだけで、ほとんど経過してしまいます。
 なお、上記の場処の分からない方は、整体指導を受ける際に受付の者に遠慮なく聞いてくださいませ!
 (あと、肘も冷やさないように!肘を触って硬かったり冷たかったら温めたあと揃気しておく事。心臓や脳(気にしすぎ)などの影響もとれます。)
 こんな簡単な事で、その後の季節までもが爽快に過ごせ、体や心(潜在意識)は大きく変わっていくのです。
 (長谷川淨潤)

※ 個性豊かな各指導者を、ぜひご活用下さい。
 同じ時間帯で「温熱(アイロン)療法」「穴追い」「0(ゼロ)リングテスト」等もお受け頂けます(東京道場共)。



特定非営利活動法人 氣道協会
 ・各種ご予約やお問合せは、全て以下で承っております。(電話受付10~18時/月曜&第5週は休業です。)
 〒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
<http://npo-kido.com/>

2018

7

東京道場の日程は裏面をご覧ください

月	火	水	木	金	土	日
		※ ●印は会員限定の講座です。 ※ 個人指導&個人レッスンの時間帯は各々異なりますのでお問合せ下さいませ。 (長谷川代表は13~16時が基本です。 永井 (夜) は19~20時半の時間帯で承ります) ※ 東京道場ならではの「鍼灸整体」、ぜひご体験下さい。(担当: 佐野) ※ 東京道場での「はじめての氣道」は予約制です。				1
2	3	4	5	6	7	8
	個人指導&個人レッスン 永井 (夜)	【体塾】 10時半~12時 (永井) 「放射能&電磁波講座」 15時~17時 (長谷川) 個人指導&個人レッスン 長谷川・佐野	個人指導&個人レッスン 長谷川・佐野			「心理の学校 (初等)」 11時~16時すぎ (佐野) 個人指導&個人レッスン 佐野
9	10	11	12	13	14	15
個人指導&個人レッスン 永井 (夜)	個人指導&個人レッスン 永井 (夜)	個人指導&個人レッスン 佐野			【体塾】 10時半~12時 (角川) 個人指導&個人レッスン 長谷川・佐野・角川	「整体の学校 (初等)」 11時~16時すぎ (佐野) 個人指導&個人レッスン 佐野
16	17	18	19	20	21	22
		個人指導&個人レッスン 佐野		【体塾】 10時半~12時 (永井) 「はじめての氣道」 13時半~15時半 (永井) 個人指導&個人レッスン 永井	【体塾】 10時半~12時 (角川) 個人指導&個人レッスン 長谷川・佐野・角川	
23・30	24・31	25	26	27	28	29
個人指導&個人レッスン 永井 (夜)	個人指導&個人レッスン 永井 (夜)	個人指導&個人レッスン 佐野	【体塾】 10時半~12時 (永井) 個人指導&個人レッスン 佐野・永井		【心理塾】 12時~14時 (佐野) 個人指導&個人レッスン 佐野	

料金

- 個人指導 (整体)
 - ・スタッフ (30分枠) : 一般 6,000円
※佐野 (20分枠) 会員 4,000円
 - 初めての方
 - ・スタッフ (1時間程度) : 一般 9,000円
会員 7,000円
 - (・長谷川 (5~10分) : 会員 8,000円)
- 個人 (&グループ) レッスン
 - 1時間枠 (50分程度) : 一般 12,000円
会員 8,000円 (佐野担当 10,000円)
 - ※当会でや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 : 4,000円
(1行い方を学ぶのは個人レッスンにて)
- 鍼灸整体 (40分) : 6,000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

個人指導&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)

横浜道場 全て横浜道場にて受付。

東京道場

全日横浜にて受付可能。
道場ご来場時も承ります。指導中は留守電対応とさせていただきます。
(長谷川代表は、東京指導日の10~17時は東京にて、他日は横浜にて受付致します。)

芦屋道場 大森道場

会報内、各道場講座案内をご参照下さい。

おすすめの活用法

当会で最もお薦めしたいのは個人指導 (整体) 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」なども是非ご利用下さい。

※なお「マコモ風呂 (横浜)」や「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【心の学校】 (= 倫氣の学校) はあらゆる意味でお薦め。その他、ご興味のあるものからご利用下さい。)

