

個人指導 (整体指導・個人レッスン) & 講座スケジュール

火	水	木	金	土	日
2 【体塾】 10時半～12時 (今野) 個人指導 & 個人レッスン 今野・宮本 (夜)	3 【自動運動& 舞踏体験コース】 11時～(遅くとも)12時50分まで (舞踏: 芝崎三朗 BGM: 中村香奈子 (個)・よしき (vo)・長谷川 (off)) 【体塾】19時半～21時 (木戸) 個人指導 & 個人レッスン 松岡・宮本 (夜)	4 【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 松岡・宮本 (夜)	5 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 【体塾】 19時～20時半 (宮本) 個人指導 & 個人レッスン 松岡・宮本 (夜)	6 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 個人指導 & 個人レッスン 松岡	7 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 個人指導 & 個人レッスン 松岡
9 【体塾】 10時半～12時 (今野) 個人指導 & 個人レッスン 今野・宮本 (夜)	10 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 個人指導 & 個人レッスン 松岡・宮本	11 【体塾】 10時半～12時 (宮本) 個人指導 & 個人レッスン 松岡・宮本	12 【体塾】 10時半～12時 (宮本) 個人指導 & 個人レッスン 今野・松岡・宮本 (夜)	13 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 個人指導 & 個人レッスン 松岡・宮本 (夜)	14 【体塾】 10時半～12時 (木戸) 【ドルフィーライヴ】 13時～15時 (長谷川・他) 個人指導 & 個人レッスン 宮本
16 【体塾】 10時半～12時 (今野) 個人指導 & 個人レッスン 今野・宮本 (夜)	17 【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・松岡	18 個人指導 & 個人レッスン 松岡・宮本	19 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 【体塾】 19時～20時半 (宮本) 個人指導 & 個人レッスン 松岡・宮本 (夜)	20 ●「 整体の学校 (初等～中等) 」 13時～16時すぎ (長谷川) 個人指導 & 個人レッスン 長谷川・佐野・松岡・宮本 (夜)	21 個人指導 & 個人レッスン 松岡・宮本 (夜)
23 【体塾】 10時半～12時 (今野) 個人指導 & 個人レッスン 今野	24 【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 松岡	25 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 個人指導 & 個人レッスン 今野	26 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 個人指導 & 個人レッスン 今野・松岡	27～5/4 「心の学校 in 東京」	

※ 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13～15時半、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。



卯月の整体

春爛漫。
春は楽しい空想をする事が何よりの健康法です。

(そのためにこそ、1月からの積極的な自動運動や愉氣(や整体)は、この一年の身心づくりの土台になるわけです。体が整うと、自然と明るい夢が浮かんでくるからです。)

寒い日があるからこそ、桜の花が彩り豊かになるように、冬からの三寒四温によって、人間の体(=心)も、ダイナミックに花開いていきます。

(だからこそ、春は整体(個人指導)の効果が最も顕著に出る季節、といわれるわけです。)

ちなみに(整体を受けるのに)最も効果が高い時期は、4月21日前後までと野口晴哉師は仰っております。)

気持ちよく、心や体を開いて、体(=心)の声にそって動いていきましょう!

※整体に興味のある方へ(四月の病氣)

結膜炎、中耳炎、喉の異常、麻疹などが多い。吹き出物が多くなったり神経が過敏になったり、体がだるくなったりするのが共通の特徴。

腎臓や膀胱への負担が原因であるが、そのため腎臓の故障や糖尿病などにも注意。

どれも胸椎7番、腰椎1番と3番、頸椎3番と7番の異常を伴い、その部の調整で快方に向う。

なお、体癖別の注意を言えば、特に上下体癖の泌尿器、左右体癖の神経あるいは呼吸器系の故障には特別な注意を要する。

捻れ体癖には彼岸までは色々の事をしても停滞していたのが彼岸を越すと徴候が明瞭になり、四月中旬になると目に見えて良くなっていく。

トカゲが庭に現れる頃には元気が発揚していくので、四月は自分のことでも体の声にまかせるといいと上記したが、整体指導(操法)も相手の流れに沿って行っていけば良い。(長谷川淨潤)

※ 個性豊かな各指導者の指導を、ぜひご体験下さい。

※ なお、同じ時間枠で「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(東京道場共に)。

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
1	2	3	4	5	6	7
	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) 【はじめての氣道】 13時半~15時半 (永井)	●「心理の学校」 12時~16時すぎ (長谷川)	
8	9	10	11	12	13	14
個人指導&個人レッスン 永井 (夜)		【体塾】 10時半~12時 (永井) 【整体塾】 16時~17時半 (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・宮本 (夜)	
15	16	17	18	19	20	21
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		【心塾】 (満月瞑想会) 10時半~12時 (永井) 個人指導&個人レッスン 永井		
22	23	24	25	26	27	28
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) 【芦屋】 個人指導 (長谷川) ※連絡先: 045-261-3300	個人指導&個人レッスン 佐野 【京都 (長栄寺)】 体塾 10時半~12時 (宮本) 整体塾 13時半~15時 (長谷川) 個人指導 (長谷川・宮本)	【体塾】 10時半~12時 (永井) 個人指導&個人レッスン 佐野・永井		●「心の学校」 「体の学校」 11時~16時 (長谷川)	
29	30	5/1	5/2	5/3	5/4	
個人指導&個人レッスン 佐野				【虫講座】 11~13時半		
「風の学校」 11時~17時 (長谷川)		「心の学校」		「夢の学校」 14時~17時		
※ ●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13~15時半が基本です。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)						

● 料金

- 個人指導 (整体指導のこと)
 - ・スタッフ (30分枠 (※佐野 20分枠)): 一般 6,000円 会員 4,000円
 - ・長谷川 (5~10分): 会員 8,000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 11,000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
(↑ 行き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 関西方面

こちらも全日横浜にて受付可能です。
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。)

● 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 (整体指導) 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 (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活用下さい。)

横浜道場の日程は裏面をご覧ください

4

2019



特定非営利活動法人

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)