

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	
<p>今月の目玉講座を太枠で囲みました! 講座では、何とんでも「砂浴合宿」と「滝行合宿」! 次いで7日の「七夕会」と25日の「心の学校1日講座」です。 あとは今井てつさん(初!)も楽しめる24日の「満月会」 ★「愉氣セラピスト」&今回の整体の学校受講生には1日です! ★三種の神技「氣道フルコース」をご体験ください!! (体塾&温泉(マコモ風呂)&整体指導) ★浄潤先生のピアノ演奏を聞きたい方 → 24日 ★浄潤先生と飲みたい方 (or 缶を指したい方) → 14日 (東京) あるかも?</p>		<p>1 今回の整体の学校受講者や「愉氣セラピスト」のアフターフォロー講座 整体操作法の技術を錬成する～ ●「[整体の学校] 研修会」 13時～16時 (長谷川) ※13時～30分位ユーチューブ撮影!</p>	<p>2 【体塾】 10時半～12時 (宮本) 【体塾】 19時～20時半 (宮本) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡・宮本 (夜まで)</p>	<p>3 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡・宮本 (夜)</p>	<p>4 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡・宮本 (夜)</p>	
<p>5 (月) 整体 (指導) & 個人レッスン 宮本 (夜まで)</p>	<p>7 「七夕会」 15:07～17:07 (長谷川) 整体 (指導) & 鍼灸整体&個人レッスン 長谷川・佐野・松岡</p>	<p>8 整体 (指導) & 個人レッスン 長谷川・今野・永井・松岡</p>	<p>9 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡</p>	<p>10 ← 「心理の学校」 → 11時～17時 (長谷川) 11時～16時 (長谷川) 新月整体 (指導) & 鍼灸整体&個人レッスン 長谷川・佐野・松岡 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡</p>		
<p>13 【体塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・宮本 (夜まで)</p>	<p>14 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡・宮本 (夜まで)</p>	<p>15 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡・宮本 (夜まで)</p>	<p>16 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡・宮本</p>	<p>17 ← 「整体法・マスターコース」 → 11時～19時 (長谷川) 整体 (指導) & 個人レッスン 長谷川</p>		
<p>19 (月) 整体 (指導) & 個人レッスン 長谷川・宮本</p>	<p>21 「舞踏コース」 11時～12時50分 (舞踏: 芝崎三朗 演奏: 竹内直) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡・宮本 (夜まで)</p>	<p>22 ← 「滝行合宿」@夕日の滝 (長谷川) →</p>		<p>23 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡・宮本</p>	<p>24 「悩みを消し 人生を創る満月会」 11時～13時 (長谷川 & 今井てつ & よしき) 満月整体 (指導) & 鍼灸整体&個人レッスン 長谷川 (遠隔整体!も)・佐野・松岡</p>	<p>25 【体塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡</p>
<p>26 (月) 整体 (指導) & 個人レッスン 長谷川 (遠隔整体!)</p>	<p>28 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 【整体塾】 12時半～14時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡</p>	<p>29 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡</p>	<p>30 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡</p>	<p>31 【はじめての氣道】 (予約制) 12～14時 (長谷川) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡</p>	<p>8/1 ← 「砂浴合宿」@中里海岸 (今野) ※予定 →</p>	
<p>27 【はじめての氣道】(予約制) 14時～16時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野</p>				<p>← 「体の学校」 →</p>		

文月(7月)の整体法

いよいよ夏!
——例年、身体は、旧暦同様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、青年期同様「よく働き、よく遊ぶ」ことが養生。
というより人間の体(=心)はそのように作られているのです。
あえて言うなら、「発汗の大切さ」。
※汗を通して、尿や大便では排泄できない公害物質や農薬、水銀を初めとする残留金属も排泄されます。
精神的な毒も汗を通して、外に流れていくのです!
(体と心は一つ)
※それ故に風邪も「引く」ことができ、身心のクリーニング(排濁)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。
/(-_-)\、——それは冷房です。
冷房によって発汗しにくくなることだけでなく、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。
これを「汗の内攻」というのですが、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います。
しかも、一度内攻した汗はお風呂に入っても出にくい。
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(下股筋)を弛めることを常識にしたい、と20年以上言いつづけています。(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番自体に愉氣するのも、とても良い方法です。
それらの場処が分からなくとも後頭部の出っ張りを10～15分蒸しタオルで温めておくだけでも、足湯よりも発汗を誘導できます。(頭上の場処が分かればそこを6分間でOK!)
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、風邪のような急性の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。(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愉氣をしておく事。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、秋や冬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。
(長谷川浄潤)

※ 個人指導&個人レッスンの時間帯は担当指導者によって異なります。(長谷川代表以外の指導者は最長19時まで、宮本(夜)の日は21時までお受け頂けます)

※ 同じ時間帯で「0リングテスト」「温熱(アイロン)療法」「鍼灸整体」等もお受け頂けます(東京道場も同様)。



・各種ご予約やお問合せは、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

<https://npo-kido.com/>

氣道 検索

2021

7

東京道場の日程は
裏面をご覧ください

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
	※「鍼灸整体」、ぜひご体験下さい! (担当: 佐野) ※「はじめての氣道」は予約制です。 ※●印は会員限定の講座です。		1	2 整体 (指導) & 個人レッスン 13時~19時半 (担当: 永井)	3 【体塾】 10時半~12時 (永井) 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 12時20分~15時 (担当: 長谷川・佐野)	4 【整体塾】 14時半~16時半 (佐野) 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 12時~18時 (担当: 長谷川・佐野)
5 整体 (指導) & 個人レッスン 13時~19時半 (担当: 永井)	6 整体 (指導) & 個人レッスン 13時~19時半 (担当: 永井)	7	8 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 11時~15時20分 (担当: 佐野)	9	10	11
12 整体 (指導) & 個人レッスン 13時~16時 (担当: 永井)	13 整体 (指導) & 個人レッスン 13時~19時半 (担当: 永井)	14 【体塾】 10時半~12時 (永井) 【心理&整体塾】 15時半~17時 (長谷川) 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 12時20分~15時 (担当: 長谷川・佐野)	15 (予約制) 【はじめての氣道】 16時~18時 (永井) 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 12~19時半 (担当: 長谷川・佐野・永井)	16	17	18
19 整体 (指導) & 個人レッスン 13時~19時半 (担当: 永井)	20	21 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 12時~17時 (担当: 佐野)	22	23	24	25 【心の学校】 1日講座 12~15時 (佐野) 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 15時40分~17時 (担当: 佐野) 【声屋】※連絡先: 045-261-3300 整体 (指導) (担当: 長谷川・宮本 ※宮本 17~22時)
26 整体 (指導) & 個人レッスン 13~19時半 (担当: 永井) 【京都 (栢賢寺)】 【体塾】10時半~12時 (窪田) 【氣道塾】13~15時半 (長谷川) 整体 (指導) (担当: 長谷川・宮本 ※宮本 ●時~●時)	27 整体 (指導) & 個人レッスン 13時~19時半 (担当: 永井)	28 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 13時~18時 (担当: 佐野)	29 【体塾】 10時半~12時 (永井) 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 12時20分~19時 (担当: 佐野・永井)	30 大掃除 9時~13時頃 お手伝い募集! ☎045-261-3300迄ご一報下さい 整体 (指導) & 個人レッスン 15時~19時半 (永井)	31 	

●料金

●個人指導 (整体指導のこと)

- ・会員 5,000円 (30分枠 (※佐野 20分枠))
- ・長谷川: 会員 8,000円 (5~10分)

●初めての方

- ・会員 8,000円 (1時間程度)
- ・長谷川: 会員 11,000円
(一時間前にはいらっしやう下さい)

●個人 (& グループ) レッスン

- 1時間枠 (50分程度):
 会員 10,000円 (佐野担当 12,000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: 5,000円

(↑行い方を学ぶのは個人レッスンにて)

●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

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)

★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。
 当日の場合は遠隔愉氣に替えさせて頂きま
 すので指導料はいただくことになりませ
 ます。ご了承下さい。

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頂きます。

●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」や「ア
 イロン療法」などもぜひ活用下さい。

※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】 (= 愉氣の学校) 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。)

※体質改善への近道! 「体塾」は、定期的に活用されると驚くほど身心が変化します。

なお、一般の方もご参加頂けます。(一般: 2500円・会員: 2000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「横浜 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 深谷木材興

Tel & fax / 03-5600-0242 (指導日のみ受付)