

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	
10 (月) 「満月会」 11時～13時 (浄潤 & 金剛督) ※講座後 サロン有 満月整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤	今月の目玉講座を太枠で囲みました。 何といっても今月の目玉は8日の 「髪」の講座 とタイムリーな 「穴追い講座」 でしょう。(東京道場含めて3回ありますヨ!) 次いで13&18日の 「氣道入門会」 。 そして恒例の5日 「舞踏コース」 ・10日 「満月会」 ・25日 「新月会」 もおススメです。 ★三種の神技「氣道フルコース」もご体験ください!! (①体塾&②温泉 (マコモ風呂)③整体指導) ★【体 (&心) 塾】とは、瞑想 (坐禅) も少し行なう時間です。			1	2	
4 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野	5 「舞踏コース」 11時～12時45分迄! (舞踏: 芝崎三朗 演奏: 浄潤) 【整体塾 (穴追い)】13～14時半 (浄潤) ※講座後 サロン有 ※指導後 心 (& 体) 塾有 整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤	6 ※整体 (指導) & 個人レッスンのみ 整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤・今野・松岡	7 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	8 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 「髪」の講座 12時半～15時 (佐藤宏 & 浄潤) 整体 (指導) & 鍼灸整体 & 個人レッスン 浄潤・櫻井・佐野・松岡	9 【体塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤・今野・松岡	
11 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野	12 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	13 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 「穴追い講座」 12時半～15時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡	14 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡	15	16	
18 【体塾】 10時半～12時 (今野) 「氣道入門会」(予約制) 14時～16時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・浄潤 (遠隔整体受付日)	19 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 「穴追い講座」 12時半～15時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 松岡	20 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (今野) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡・浄潤 (遠隔整体受付日)	21 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡	22 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤・松岡	23 ※整体 (指導) & 個人レッスンのみ 整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤・今野	
25 【体塾】 10時半～12時 (今野) 「新月会」12時15分～14時15分 (浄潤 & 一井 & よしき) ※講座後 サロン有 ※指導後 心 (& 体) 塾有 新月整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤・今野	26 【整体塾】 13時～14時半 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 浄潤・松岡	27 【体塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡	28 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (松岡) 整体 (指導) & 個人レッスン 今野・松岡	29	30	

神無月 (10月) の整体法

冬よりも、日中の朝晩の気温差がある季節が最も冷えの影響を受けやすいのです。そこで登場するのが足湯。

※足湯は、腰痛、喉の痛み、鼻風邪をはじめ、どのような症状に対しても、またいつの季節であっても、「何かの変動があればまず行って欲しい健康法」ですが、本格的な活用が多いのはこの季節からでしょう。(なお消化器に変動がある場合は「膝湯」のほうが効きます)

※普段から筋力を受けていたり自動運動や脊髄行氣法や瞑想を行っている敏感な身体だと、たいていの変動は一回の足湯で事足りてしまいます。

※なお、10月も半ばになると朝方の冷えが強くなるため、起床直後に行うのが大変有効です。

(冷えの影響がある方は「冷えの急処」が詰まって圧痛があるので、そこを整圧してから行えば効果大。

※なお、この季節に限らず“肘の冷え”は呼吸器に直接的に影響するので注意!

その場合は「肘湯」が必要)

また体が求めれば、そろそろ塩気のある汁物を摂るようにしていくと良いでしょう。

なお、この季節に、骨盤の捻じれを整えておく冬が快適。こればかりは整体を活用するのが簡便です。

※なお、足湯の仕方は、かなりポイントや注意がありますので、それぞれの行い方は拙著「氣道入門」(東洋医学セルフケア)をご参照戴くか、整体指導を受けられる際に受付の者に「遠慮なく」お尋ね下さい。

(長谷川浄潤)

※ 整体 (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。(浄潤 (遠隔整体受付日) という記載の日は遠隔整体のみ承ります)

※ 「個人レッスン」の時間枠で「夢コーチング!」や「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)。

↑それぞれのチラシをお持ちでない方は以下までご連絡下さい。(急ぎお送りします!)

※各講座については会報内をご参照ください!



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 12時半～17時半/月曜 & 第5週は休業)

〒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 (24時間受付)

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

気道 検索

2022

10

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) ※「氣道入門会」は予約制です。 ※●印は会員限定の講座です。		1 「整体の学校③」 11時～16時 (浄潤) <small>整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 16～18時20分 (担当: 浄潤・櫻井・佐野・永井・松岡)</small>	2 「整体の学校④」 11時～15時 (浄潤) <small>整体 (指導) & 個人レッスン 15～17時半 (担当: 浄潤・今野・櫻井・永井・松岡)</small>
3 整体 (指導) & 個人レッスン 13時～20時 <small>(担当: 永井)</small>	4 整体 (指導) & 個人レッスン 13時～20時 <small>(担当: 永井)</small>	5 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 13時～18時 <small>(担当: 佐野)</small>	6 	7 	8 	9 【体塾】 10時半～12時 (佐野) 「穴追い講座」 12時半～15時半 (佐野) <small>整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 16時～17時 (担当: 佐野)</small>
10 新月整体 (指導) & 個人レッスン 13時～20時 <small>(担当: 永井)</small>	11 整体 (指導) & 個人レッスン 13時～20時 <small>(担当: 永井)</small>	12 【体塾】 10時半～12時 (永井) 「整体塾」 12時15分～13時45分 (浄潤) <small>※指導後 心 (& 体) 塾有 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 14～15時20分 (担当: 浄潤・佐野)</small>	13 「氣道入門会」 (予約制) 16時～18時 (永井) <small>整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 12～19時半 (担当: 浄潤・佐野・永井)</small>	14 	15 「整体の学校⑤」 11時～16時 (浄潤) <small>整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 16～18時20分 (担当: 浄潤・櫻井・佐野・永井・松岡)</small>	16 「整体の学校⑥」 11時～15時 (浄潤) <small>整体 (指導) & 個人レッスン 15～17時半 (担当: 浄潤・今野・櫻井・永井・松岡)</small>
17 整体 (指導) & 個人レッスン 13時～20時 <small>(担当: 永井)</small>	18 整体 (指導) & 個人レッスン 13時～20時 <small>(担当: 永井)</small>	19 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 13時～18時 (担当: 佐野) 【芦屋】 ※連絡先: 045-261-3300 <small>整体 (指導) (担当: 浄潤) ※指導後 心 (& 体) 塾有</small>	20 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 11～14時40分 (担当: 佐野) <small>整体 (指導) (担当: 浄潤)</small>	21 【体塾】 10時半～12時 (永井) 「穴追い講座」 12時半～15時 (永井) <small>整体 (指導) & 個人レッスン 15時半～17時 (担当: 永井)</small>	22 【体 (& 心) 塾】 10時半～12時 (佐野) 【整体塾】 12時半～14時半 (佐野) <small>整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 15時～17時 (担当: 佐野)</small>	23 
24・31 整体 (指導) & 個人レッスン 13時～20時 <small>(担当: 永井)</small>	25 新月整体 (指導) & 個人レッスン 13時～20時 <small>(担当: 永井)</small>	26 整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 13時～18時 <small>(担当: 佐野)</small>	27 【体 (& 整体) 塾】 10時半～12時 (永井) <small>整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 12時20分～16時半 (担当: 佐野・永井)</small>	28 	29 「整体の学校⑦」 11時～16時 (浄潤) <small>整体 (指導) & 個人レッスン & 鍼灸整体 16時20分～18時半 (担当: 浄潤・櫻井・佐野・永井・松岡)</small>	30 「整体の学校⑨」 11時～15時 (浄潤) <small>整体 (指導) & 個人レッスン 15時～17時 (担当: 浄潤・櫻井・永井)</small>

●料金

- 整体指導
 - ・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
 - ・8,000円 (1時間程度)
 - ・長谷川: 11,000円 (一時間前にはいらっしやって下さい)
- 個人 (& グループ) レッスン (お薦め!)
 - 1時間枠 (50分程度): 会員 10,000円 (佐野担当 12,000円、浄潤担当 50,000円)
 - ※当会でやっているほぼ全ての内容を学んで頂きます。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 (↑行く方も学べるのは個人レッスンにて!)
- 鍼灸整体 (40分): 7,500円
- ★なお講座については 会報同封チラシをご参照下さい。

●ご予約

横浜道場 東京道場 関西方面
 全て横浜道場にて受付。
 火曜日～日曜日 (第5週を除く)
 12時半～17時半
 ☎045-261-3300
 (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となります旨、ご了承下さい。

●おすすめ!

当会で最もお薦めしたいのは個人指導 (整体指導) & 「個人レッスン」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】(＝愉氣の学校) は) あらゆる意味でお薦め! でもご興味のあるものからどうぞ!

※体質改善への近道! 【体塾】は「体の学校」への準備&アフターフォローではありますが、定期的に活用されることによって体質は激変します。(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「松岡担当の整体塾」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)

横浜道場の日程は裏面をご覧ください

10
2022