

大好評!! 今話題の筋膜の世界に触れるチャンス!

コアサポートのために

もっとも必要なこと

～脳神経系を覚醒させる～

「姿勢、呼吸、動き」が快適になるには、深層筋による「コアサポート」が必要です。しかし、深層筋をコントロールしようとしてもうまくいきません。なぜなら、「コアサポート」は重力に対して体が自然に反応して得られるものだからです。では、体が自然に反応するには何が必要なのでしょうか？それは脳神経系の「覚醒」です。脳神経系が目覚めていれば、意識しなくても自然にコアサポートは働きます。このWSでは、筋膜や内臓、目鼻口耳などの感覚器官への働きかけを通して、覚醒のためのワークをお伝えします。最先端のメソッドを体験して、「動けば動くほど整うカラダ」、一緒に手にいれましょう!

【日程】2017年9月17日(日) 11:00~18:00 (1h休憩含)

【受講料】一般:16,200円(税込) メンバー:14,580円(税込)

※メンバー価格対象者:いきのび登録員、からだの学舎Re-fitメンバー、Studio five 'f' メンバー

【定員】25名

【講師】藤本靖(フジモトヤスシ)

兵庫県出身。東京大学経済学部卒業後、政府系国際金融機関で政府開発援助(ODA)の業務に関わる。東京モード学園ファッションスタイリスト学科修了。その後、東京大学大学院で身体教育学を専攻し、脳のシステムや心と体の関係について研究。米国Rolf Institute認定ロルファー、ソマティック・エクスペリエンス認定プラクティショナー。「神経系の自己調整力」に注目した独自の身体論を展開、各地で講演、ワークショップなどを行う。心身の健康の専門家としてTV・雑誌など掲載多数。著書に、ベストセラー「『疲れしない身体』をいっきに手に入れる本」(講談社)、「感じる力をとり戻しココロとカラダをシュッとさせる方法」(マガジンハウス)、新著「『つながり』を感じれば疲れはとれる」(学研)など。



《申込先》からだの学舎Re-fit ☎072-260-4085

✉info@karadanomanabiya.com URL<http://karadanomanabiya.com>

お電話、メール、HPからお申し込みの上、受付確認後、

下記まで受講料のお振込みをお願いいたします。

●振込先:池田泉州銀行 もず支店 普通:3019962 有限会社アクトスペース企画

《開催場所》

〒591-8023

大阪府堺市北区中百舌鳥町5丁764-2 中百舌鳥ビル2F

南海高野線 中百舌鳥駅南口

地下鉄御堂筋線 中百舌鳥駅◎出口 徒歩3分

