

キレイに  
痩せる

骨盤修正

心も  
穏やかに

指導者のための

# ゆがみ修正法



龍村修 指導

毎月1回 月曜日 10:00~12:30

平成29年4月24日、5月22日、6月12日、7月24日

※予定は変更の可能性があります。予めご了承ください。

※8月以降も開催致します。

多くの人は無意識のうちに心身に「ゆがみ」を生じており、そのため心身に不調が現れることがあります。また、本来「ゆがみ」がなければ早く治る症状が長続きしたり、本当はもっと能力があるのに「ゆがみ」がブレーキとなりその能力を発揮できないことがあります。修正法の目的は、生活全体にある歪みや偏りなどのアンバランスをとり除き心身の異常を正すだけでなく、内在するバランス維持回復能力がスムーズに働くようにすることです。この講座では、その「ゆがみ」の診断法から修正法までを学びます。

## ○カリキュラム

- ◇ 日常生活とゆがみ、統一と放下、基本ポーズ
- ◇ 睡眠障害、プチうつからの解放
- ◇ 頭重・偏頭痛、呼吸障害
- ◇ 視力異常、肩・首のこり
- ◇ 便秘・排泄不完全、内臓下垂
- ◇ 内臓強化、生理異常
- ◇ 不妊改善・安産法
- ◇ 痩身
- ◇ 腰痛・背痛
- ◇ アンチエイジング

- ・毎回のカリキュラムの進捗は参加者の状況に左右されるので、1回ごとの内容範囲は決まっています。
- ・連続して参加できずに、カリキュラムの一部を受講できなかった場合でも、いずれかの講座を受講して合計10回参加することで、修了証または資格認定証を受けることができます。
- ・毎回の講座内容はその回で完結しているため、単発で参加できます。
- ・指導目的でなくても、初心者の方でも参加できます。

## ○単発参加（但し、金額はすべて消費税込みです。）

- ・毎月1回月曜日10:00~12:30
- ・前納6,000円 当日6,500円

## ○修了証

- ・10回参加後に発行
- ・10回前納割引 54,000円

## ○資格認定証

- ・修了証取得後に受付
- ・1日指導者認定講座（8時間）
- ・認定料 54,000円  
（初年度資格登録費6,000円を含む）

**お申込み** 上記参加費入金をもって予約受付とさせていただきます。参加費を下記口座へお振込み下さい。

ゆうちょ銀行：00980-6-4151 名義：沖ヨガ協会

※振込用紙に参加日程・修正法と明記してください。例『4/25 修正法』

※複数回をまとめてお振り込みすることも可能です。

**申込期限** 各実施日の前週金曜日 ※お振り込みされた方は振込明細書をお持ちください。

**準備物** 運動できる服装、ヨガマット、筆記具

**主催** NPO法人 沖ヨガ協会 Tel 03-6908-5613 Fax 03-6369-3216

Mail studio@okiyoga.com

**会場** 沖ヨガスタジオ 東京都中野区東中野3-16-14 小谷ビル301