

脳活性塾



キーワード



呼吸

丹田 95%

脳幹

変化

チャクラ

リラックス&集中

意識

腸

笑い

瞑想

気エネルギー

キーワードについて、お話をしながら、体験していただきます。知識としてだけでなく、体で吸収・体得し、実際の行動に活かしていただくことを目的としています！

<スケジュール>

★ 火曜コース： 19:10 ~ 20:40

★ 金曜コース： 14:10 ~ 15:40

■Step① 6/17 (火) 20 (金)：丹田 (丹田<体の中心部>元気な体)

■Step② 6/24 (火) 27 (金)：腸 (腸は第2の脳)

■Step③ 7/1 (火) 4 (金)：脳波振動 (脳幹のすごい力)

■Step④ 7/8 (火) 11 (金)：呼吸 (丹田にエネルギーを集める呼吸法)

■Step⑤ 7/15 (火) 18 (金)：瞑想 (リラックス、浄化)

※Step①~⑤をくり返し行います。また、単独でのご参加もお待ちしています。

★特典： Step①~⑤にご参加していただいた方に、
ヒーリングチケット20分を3枚プレゼントいたします。

- ★場所：立川スタジオ
- ★参加費：各回2,000円
- ★要予約：042-527-6820
- ★トレーナー：秋山憲子

※動きやすい服装 (更衣室があります) お茶をご用意しています。

