

龍村 修 指導 身体智が拓き免疫力が高まる！(2020年1月版～)

ホリスティックヘルス コンサルタント養成講座

いつからでも、誰でも参加できます。龍村修直接指導の一般講座です。
(初めての参加者は日程確認要) 注：2020年9月以降は全て仮予定です

☆東北HHC(金)盛岡と古川(注:予定変更あり)月1回:150分。

岩手=盛岡=昼 13:00~⇒盛岡駅前施設。宮城=古川=夜 17:30~⇒大崎市内施設
2020年 1/10, 2/14, 3/6(古川), 13(盛岡)日, 4/10, 5/8, 6/12, 7/10, 9/11, 10/2, 11/13, 12/11
●東北沖ヨガ合宿=於:宮城県鳴子温泉予定9月?~?詳細別紙

★首都圏: ●東京 東中野 龍村ヨガスタジオ(東中野4-9-1。第一元太ビル4F) 1回:120分

火夜(19時) 1/7.21 .2/4,25. 3/3.17, 4/7.21, 5/12,26. 6/2,23. 7/7,21, 8/4,18. 9/8,29 続
水昼(14時) 1/15.29 .2/12,26. 3/11.25, 4/8.22, 5/13,27. 6/10,24. 7/8,22, 8/5,19. 9/9,16 続
木昼夜(13~、19~) 1/9.23 .2/13,27. 3/12.26, 4/2.16, 30,5/14,28. 6/11,25. 7/9,30, 8/6,20. 9/3,17 続

.....龍村修の 冥想講座.....

●龍村指導月1回 火曜(13:30~16:30)(1回=5,100、2回=8600、5回=22000)
人生をより良く生きる為に冥想は不可欠。

マインドフルネス冥想理論から多彩に発達した各種瞑想法を学ぶ。(瞑想法内容別紙)
1/7.. 2/4.. 3/3, 4/7. 5/12, 6/2, 7/7. 8/4. 9/8. 10/6. 11/10, 12/1

①木曜コース 6か月と合宿で修了

●第36期:東京:龍村ヨガインストラクター養成講座 毎木曜4月2日~9月10日 別紙詳細
(毎木曜18回54時間と合宿2泊3日)世界的な活動が可能。智慧のヨガ、修正法、関連部位、
(毎木曜15:30~18:30) <会費>22万円(他に合宿費と沖ヨガ協会賛助会費6千円要)

②養成・土日集中 コース 6日間と合宿で修了

★第4期/関東,6日間+龍村ヨガインストラクター養成集中講座(1日=180分×3回×6日)別紙
(下記・土or日9時半~17時:休憩適宜) 会費21万円(他に合宿費と沖ヨガ協会賛助会費6千円要)
日程:①2/9(日), ②2/29(土), ③3/28(土) ④3/29(日), ⑤5/16(土), ⑥5/17(日)。
合宿 5/29(金)13時~5/31(日)14時 2泊3日 伊豆いりあい村(伊豆急河津駅近く)予定

●神奈川HHC水(秦野=市内施設。)=(09:20-11:30)

1/15.29 .2/12,26. 3/11.25, 4/8.22, 5/13,27. 6/10,24. 7/8,22, 8/5,19. 9/9,16
*丹沢1泊合宿 4月27(火)-28(水)? 未定

★中部: ●名古屋HHC(月1回)=サウスホーム(地下鉄川名下車徒歩5分)

名古屋 火<昼13:30~16:00, 夜18:00~20:30>

1/14... 2/18. 3/10. 4/14... 5/19. 6/16. 7/14.(8月休) 9/15., 10/13, 11/17, 12/8

●愛知:岡崎(月)HHC 市内施設(年3回)月曜夜(18:00~), 3/9, 7/13, 11/16
北海道・北陸・関西・九州 および 連絡先 上記以外は裏面参照

★北陸：●金沢 HHC (年4回) 会場予定=金沢文教会館など(金沢市内)

*1回に2時間を2回(2Time)。首都圏と同じ15T受講でHHC修了書授与。30TでHHC認定証授与
金沢(①13:00~15:00, ②15:00~17:00) 2020年度 日程未定

★関西：●大阪 HHC<大阪>会場=大阪市内

土 <昼13時半~16時(本町駅), 夜17時半~20時(心斎橋駅)>

2020年1/4, 2/15, 3/14, 4/11, 5/9, 6/13, 7/11, 9/12, 10/3, 11/14, 12/12.

●兵庫：セラピカル・ヨガ(120分) 主催&申込⇒神園 愛子(090-6607-3588)

土(10:20~) JR甲子園口徒歩2分 西宮市内 同日の午前中です。 会費2H=3200

★九州：●熊本 HHC (菊地市内施設) 申込み=古田康江 080-5218-3816

月 10時半~16時半(2タイム) 3/23, 仮予定 7/27, 10/26,

●福岡 HHC (福岡市内施設) 申込み=宝山廣子 090-8415-1718

火 9時半~14時(2タイム) 3/24, 仮予定 7/26(日)特別S, 10/27,

★沖縄 那覇又は浦添市内 HHC 特別講座 未定

★北海道 ●札幌：指ヨガ会員 Day 札幌 ミーティング 9月20日?

●札幌：龍村ヨガセミナー=2020年9/5~6(宮の沢) 土日9~5時

<開講趣旨> since 1995~●ホリスティックヘルスコンサルタント(H.H.C)養成講座は、健康力向上や
智恵のヨガ講義、アサナ、呼吸法、気功法、ヒーリング、整体法、瞑想法等を通じて総合的に指導可
能な健康コンサルタントの養成が目的。龍村修直接指導。講義=20~40分、実習=90~100分。

<費用> 入金:郵便振替口座=00290-1-75314。名義=龍村修(振込用紙通信欄に[HC盛岡]等と記載)。

●首都圏と金沢=1回120分=4200円-*回数割引10回=¥37,000, 15回=¥52,000, 30回=¥78,000-

●それ以外の地方=(1年10~11回。1回150分=¥4700-, 回数割引=10回=¥42000-)

*講座1年目修了者に修了書を発行。首都圏=15回以上、地方=10回以上。

*H.H.C認定書-首都圏=30回、地方=20回で発行*認定済者費用=1回=¥3700-。(10回=¥32,000-)

<全国申込先> 総合案内=龍村ヨガ研究所 Tel/Fax0463-85-3033 ★龍村携帯 090-4930-8213

メール⇒ osamu.tatsumura@gmail.com

札幌: 松山理恵子(011-758-7027) 盛岡: 工藤和子(090-1064-6202) 古川: 伏見敏子(0229-23-8488)

秦野: 富上幸子(080-5556-6950) 名古屋: 森安美月(052-763-2717) 岡崎: 梶川衣代(090-1412-1503)

金沢: 北市浩子(090-2032-1787) 大阪: 岡橋悦子(090-4569-9189) 関西 神園愛子(090-6607-3588)

神園 aiko.k421@docomo.ne.jp 熊本: 古田康江(080-5218-3816) 福岡: 宝山廣子(090-8415-1718)

令和2年初 神宮セミナー 2020年1月25日(土)~26日(日)1泊2日(詳細別紙)

25日12時半伊勢市駅集合 又は16時半神宮会館集合、26日12時解散

セミナー費13000円(12月末迄振込者=早割11000)、宿食費=12000円 申込=龍村へ

★2020年「インド仏教聖地での冥想研修の旅」。

8月24日(月)成田発~31日(月)帰国

*釈尊が冥想され、悟りを得られたブッダガヤ、その後に教えを説かれた場所などを訪問し、
そこで法話や冥想実習を行い、釈尊の心に波長を合わせます。

*<訪問箇所>。ナールンダ佛教大学跡、ラージギール(王舎城)、ブッダガヤ、霊鷲山、
サールナート(初転法輪の地)、ヒンズー教最高の聖地=バラナシー(ベナレス)など。

*インド僧による法話も。32万円程度: 詳細別紙。

*バラナシーではヨガ・アシュラムに宿泊し、伝統的インドヨガを学びます。