

平成30年 龍村修指導 身体智が拓き、免疫力が高まる！

## 北陸 金沢 ホリスティックヘルス・

### コンサルタント養成講座 平成30年1月開講

＜智恵のヨガ講義、アサナ、呼吸法、気功、ヒーリング、整体、瞑想等＞  
どなたでも、参加できます。途中からでも参加できます。

\*\*\*\*\*

金沢 (1年4回 1回2時間×2T)。月曜

注意：前期は1回150分でしたが、今期より120分に変更しました。

①13:00～14:50、②15:00～16:50。

1月開始10月迄。1年合計4回・8タイムの予定。(初心者日程確認必要)

上記時間の予定。会場の都合で多少時間が変更する可能性有り。

平成30年 冬 1月22日、春 4月23日、

夏 6月18日、秋 10月22日、

2時間×15回受講で、HHC 修了書授与、30回受講でHHC 認定書

\*\*\*\*\*

1月22日の予定講義と実習は**釈尊のアナパナサティ—①②。修正法を含む。**

\*アナパナサティ—は、現代の「マインドフルネス」の源流で、呼吸を通じて行う瞑想です。

＜開講趣旨＞ ホリスティックヘルスとは、身心霊生活の全体的な健康のこと。

●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、健康力の向上や智恵のヨガの講義、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できる健康コンサルタントの養成を目的とし、龍村修が直接指導。講義＝30～40分、実習＝80～90分。

＜費用＞ \*金沢 (1年8回程度)。1回120分＝¥4,100-、\*回数割引＝10回＝36,000円)

入金先＝郵便振替口座＝00290-1-75314。加入者名＝龍村 修

＜修了証、認定証＞

\*講座修了者に規定に基づき修了書(1年目)を発行。15回以上、H.H.C 認定書＝30回以上で発行。\*H.H.C 認定済みの参加者費用：1回＝¥3600-。(10回＝31000円)

.....◇指ヨガインストラクターの皆様へ◇.....

\*龍村式指ヨガインストラクターは講座15回修了証授与でマスターインストラクターに昇格。

\*\*\*\*\*

＜会場＞ 金沢 歌劇座 会議室 920-0993 金沢市本多町6-27

(内容等の問合せは、龍村へ＝09049308213 osamu.tatsumura@gmail.com)

＜申し込み＞ \*下記へ電話かFaxかメールで、参加希望日時を明記して申込む。

部分参加者は日程確認必要。(変更の可能性あり)。費用は当日でも可能。

＜連絡先＞ 龍村ヨガ研究所 (257-0014 神奈川県秦野市今泉646-13) HP＝tatsumura-yoga

＜Telfax0463-85-3033＞＜携帯090-4930-8213。＞メールosamu.tatsumura@gmail.com

又は：金沢世話人＝北市浩子(携帯090-2032-1787) メール＝sae.k.1219@docomo.ne.jp

●講師＝龍村 修 (龍村ヨガ研究所所長。NPO 沖ヨガ協会理事長。一般社団法人：手のひらセルフケア協会理事長)

1948年生。早稲田大学文学部卒。70年学生時代に演劇活動の中でヨガに触れ、73年沖ヨガ修道場入門。以後、沖正弘師匠の内弟子として日本のみならず世界での健康と平和活動に同行。85年師匠没後、沖ヨガ修道場に就任。94年独立し龍村ヨガ研究所設置。以後多数のホリスティック・ヘルスコンサルタント、龍村ヨガ・呼吸法の指導者等を養成中。

