

入り口の丘

2015年 3月

ヨガ教室

初めてでも爽快！太陽と月のヨガ

※料金 1500円
(4回チケット
5000円もあります)



午前
クラス

水曜日と日曜に開講！午前と午後では講師が違います。
参加人数に制限ありますからお早めに予約を。

誰でも出来る！セラピー・ヨガ
※料金 1500円
(4回チケット
5000円もあります)



午後
クラス

日曜日クラス ●講師 / 松本 和也

- ・15日 ●時間 / 10:30~12:00
- ・22日 ●料金 / 1,500円
- ・18日 ●定員 / 8名まで
- ・25日 ●定員 / 8名まで

3/29日は
「ウラツボ」スタジオです。

水曜日クラス

3月中はお休みさせて頂きます。

水曜日クラス ●講師 : 薮島あやこ

- ・4日 ●時間 / 13:00~14:15
- ・11日 ●料金 / 一般 1000円
- ・18日 60歳以上 500円
- ・25日 ●定員 / 8名まで

初回の方に限り、
初回料金
¥1500で+
2レッスン無料！



★女神のデコルテ」講師 : 柏崎由紀子

- 日 時 : **3月 30日 (月)** ●時 間 : 10:30~12:00
●場所 : **まほろば本店 2F** ●参加費 : 2,000円
●お申込み : まほろば本店 TEL: 011-665-6624

女神のデコルテは今回で最終会
です。柏崎先生、お疲れ様でした。



カラダを癒することは、ココロを癒すこと。
モダンバレエのためのストレッチや、ゆる
体操、呼吸法を取り入れて、体を美しく
調整してゆきます。

意識と身体をつなぐ

整体師のお手当てを実現した

「振り子体操」+「ごじあい枕」体験会 + 太極拳

- 日 時 : **3月 13日 (金)** ●時 間 : 13:30~
※時間が変更になりました。 ●講師・池谷 友樹雄
●場所 : **まほろば本店 2F** ●参加費 : 300円 (チャリティー)
●お申込み : まほろば本店 TEL: 011-665-6624

※当日は動きやすい服装で
ご来場ください。



空きペットボトル
をご持参下さい。
500ml又は1L

診治療と井穴刺絡療法と自律神経を調整します 気診治療

- 日時 : 2015年 / 毎週 **月曜日** ●場所 : **まほろば本店 2F**

●治療時間と料金 : 1,000円 (治療時間 約 15分・予約優先)

●予約・お問合せ : 090-2874-7697 (風の音治療院)

E-mail : kazenone@softbank.ne.jp

※施術中の為にお電話に出られないことがありますので、
お手数ですが留守番電話にお名前・お電話番号をお残し頂
ければ、こちらから折り返しご連絡致します。



安部雅道先生
(風の音治療院院長)

西洋医学では判断する事のできない身
体を取り巻く気の乱れを判断するこ
とができます。気診で診断し、気を送つ
て調えることで、気の状態が良くなり、身
体の状態も改善してきます。また、自
律神経のバランスを調整して自然治癒力を高めるために、
鍼を使った東洋医学の井穴刺絡療法と合わせた治療をし
ています。井穴刺絡と気診を組み合わせた治療は、別々
に行うよりも治療効果が高く、長持ちするようになります。

まほろば

No.4060 15-35 3/6

オーラソーマ

★日時 : 2015年 **3/20 金**

- ①: 12:00~12:45 ②: 13:00~13:45
- ③: 14:00~14:45 ④: 15:00~15:45

★参加費 : 3,000円 ★場所 : まほろば本店 2F

★お申込み : 665-6624 (まほろば本店) ★時間指定ください。(4名さま限定!)



●講師 : 緒方 紀子

緒方流！やさしく、楽しく～！デコパージュ

●日 時 : **3月 27日 (金)**

●時 間 : 12:00~16:00

●場 所 : まほろば本店 2F ●参加費 : 4,000円

●お申込み : 665-6624 (まほろば本店)

●持ってくるもの : エプロン、ハンドタオル2枚、
作品を持ち帰る袋、飲み物やおやつ (必要な方)、
小さめのハサミ

●まほろば編集部 : 工藤の作品→

※参加費は材料込み
の価格です。



デコパージュと
は、紙に描かれた
模様や 絵の切り
抜きを貼って素材と
なるものの表面を飾
り、コーティング剤
を塗り重ねていく工
芸です。フランス語で
切り抜く、切り裂くなどと
言う意味です。

わこのお手当てクラニオ

●日 時 : **3月 14日 (土)**

17日 (火)

●時 間 : 11:00~16:00 (時間要相談)

●場所 : **まほろば本店 2F**

●参加費 : 全身 30分枠 3000円

60分枠 5000円

●お申込み : わこ (講師: 大井 わかこ)・ブログ / "アメブロ わこ 0505" (←検索)

・電話 / 090-9750-3000 Eメール : shiawase.oteate.wako@gmail.com



●「クラニオ」とは
クラニオ セイク
ラル・セラピー (頭
骨・仙骨療法) のこ
と。5g タッチと呼ば
れる、ソフトタッチの
お手当て。ソフトタッ
チ、体温、脈動を通

じて筋膜の緊張がゆるみ、脳脊髄液の流れが整うことにより、自
己治癒力を高めるお手当てです。深い眠りのようなリラックス状態が
訪れ、身体が整い、時には気づかなかった感情が解けること。