

## ヨガ教室

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。

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

日曜日クラス ●講師 / 松本 和也

- 12 日 ●時間 / 10 : 30 ~ 12 : 00
- 19 日 ●料金 / 1,500 円
- 26 日 ●定員 / 8 名まで

水曜日クラス

- 22 日 ●時間 / 10 : 30 ~ 12 : 00
- 料金 / 1500 円
- 定員 / 8 名まで

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

水曜日クラス ●講師 : 葎島あやこ

- 1 日 ●時間 / 13 : 00 ~ 14 : 15
- 8 日 ●料金 / 一般 1000 円・
- 15 日 60 歳以上 500 円
- 22 日 ●定員 / 8 名まで
- 29 日

初回の方に限り、  
初回料金  
¥1500 で +  
2 レッスン無料！

■場 所 / まほろば本店 2F

■要予約 / 090-8278-1197

(松本まで)

E.mail: matsumoto-kazuya-@ezweb.ne.jp

※レッスン中は電話に出ることが出来ません。曜日と、午後か午前かのコースをご指定ください。

■持って来るもの / ヨガマット

(持ってない方は事前にご連絡を)・飲み物・タオル・動きやすい服装※(本店) 更衣室はございません。事前にヨガ用の服装でお越し下さい。



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: 4月 17 日 (金) ●時 間: 13 : 30 ~

●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。

●講師・池谷 友樹雄

地球とつながる！  
地球の声を感ずる！



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・お問合わせ: 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。

西洋医学では判断する事の出来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、気を送って調えることで、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。



安部雅道先生  
(風の音治療院院長)

## オーラソーマ ●講師: 緒方 紀子

人気のオーラソーマですが、講師の先生のご都合で  
4・5 月はお休みとなります。  
再開するまで、お待ちください。



## 緒方流！やさしく、楽しく～！デコパージュ

人気のデコパージュ教室ですが、講師の先生のご都合で  
4・5 月はお休みとなります。  
再開するまで、お待ちください。

●講師: 緒方 紀子



## わこのお手当てクラニオ

●日 時 4月 24 日 (金)・30 日 (木)

●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 3000 円  
60 分 5000 円

●「クラニオ」とは クラニオ セ

イクル・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も。

●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



## 地球とつながる フラ ワークショップ

ハワイ島で生まれた日本語の「フラ」を踊り、はるか昔、私たちの祖先が暮らしたであろう、人と大地がひとつなぎだった世界へと旅しましょう。踊りは簡単なステップのみ。ハートを開き、命の根源とコミットする時間にもなるでしょう。フラを踊るほかに、ボイスワークや瞑想などもおこないます。(踊りは簡単なステップのみ。フラの経験も、ダンスの経験もまったく問いません。)

●日 時: 4月 18 日 (土) ●時 間: 10 : 15 ~ 15 : 00

●場所: まほろば本店 2F ●参加費: 3500 円 ●持ち物: お昼ご飯、飲み物、汗拭きタオル、動きやすい踊る服装 (あればフラ用のスカートやパレオ、または大判スカーフなど。腰に巻くものは無くてもOK!)

●お申込み: わ こ (講師: 大井 わかこ) ・ブログ / http://ameblo.jp/wako0505/ ・電 話 / 090-9750-3000

・E メール: wacwacilife@gmail.com

