

夏の体と心を整える

陰陽五行説



五季の講座

第2弾

5/19 (日)

10:00~11:30

会費：2,000円

体を使って運氣UPのコツを知る!!

第2弾は火（夏）のエネルギー
陰陽五行説の火の開運のヒントや、
エネルギーの流れを知って
人生をよりよい方向へと導く！
自らの体の声に耳を傾けることで
本来の自分を取り戻しましょう。

【講座内容】

①講話

火のエネルギーと身体、心
開運のヒントを知る

②実践I：体と心を緩める解禁運動

火のストレッチ

火の運動（ポーズ）

実践II：火の筋肉と緩め方

触れる効用 手あて法

③呼吸・瞑想法

火のエネルギーを整える

呼吸・瞑想法

【持ち物】

○ヨガマット（バスタオル可）

○フェイスタオル

○飲み物

【開催場所】

お申込みいただいた方に、個別に
ご連絡差し上げます。

【お申し込み・お問い合わせ】

info@lavie-rapport.com



Y.L.C Academy主宰 寒河江秀行

講師 寒河江 秀行 先生

- * 一般社団法人円心五法研究所 代表理事
- * 陰陽五行ライフコンサルタント®アカデミー
主宰
- * 経絡エネルギーカード®カウンセラー
- * ボディセラピスト

◎著書

「心身を温める円心五法」（春秋社）

「フットセラピーで美しく」（廣済堂）

「陰陽五行開運カード」（BAB ジャパン）

郵便貯金振興会「ティータイム」、トヨタ健保組
合「月刊ポポ」など健康コラムも数多く担当