

体と心の巡りを整え活動的な夏のわたしへ!



けいらく体操

陰陽五行ボディワークショップ
夏(火)編



会費

2,000円

ワークショップ内容

- 体と心の痛み不調を解消するストレッチ
- 筋肉の緩め方&リラックス法とタッチケア
- 「火」のエネルギーを整える呼吸・瞑想

五行の力で

らくらく整える心身調整体操&タッチケア

情熱が湧かない、やる気が出ない、心が落ち着かないと感じているなら、
体を流れるエネルギー「経絡」を整え、心の炎を輝かせてみませんか?

軽やかな動きと温かいタッチケアで、
活力を取り戻し、自信と喜びに満ちた毎日へ整えていきましょう。

開催日 2025年 4/29 (火)

時間 10:00-12:00 (受付 9:30-)

場所 長生村文化会館(和室)
千葉県長生郡長生村岩沼2119

持ち物 動きやすい服装/筆記具/飲み物/ヨガマットなど



講師

寒河江秀行先生

- ☆1962年神奈川県生まれ
- ☆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
- ☆経絡エナジーカード®カウンセラー
- ☆ボディセラピスト

お問い合わせ先

IBUKI セルフケアスタジオIBUKI

✉ selfcarestudiolbuki@gmail.com
☎ 080-7596-8256



@SELFCARESTUDIOIBUKI