

龍村式指ヨガ

手のひらセルフケア 指導者養成講座



手と指を使って全身への刺激を行う『指ヨガ』は、身体に負担をかけることなくいつでもどこでも簡単にできます。日々の健康維持やストレス解消はもちろん、気になる諸症状の緩和を助ける指ヨガを、一緒に学んでみませんか？指ヨガの各書籍に載っているやり方はもちろんのこと、載っていない内容もふんだんに盛り込んでお伝えいたします。2010年から指導者を養成し、医療系大学や海外でも指導経験のある福元がていねいにお伝えいたします。

- 日時と会場：『福元朗ホリスティックヘルス研究所（東京都文京区）』のページでご確認ください。毎月開催しています。出張講座も承ります。
- 内 容：手のひらセルフケアとは/部分即全体という考え方/手と全身の相関関係/手と脳の深い関係/ペアハンドヒーリング/医事法規（6単位 12時間で習得できます）
- 受講料：50,000円（初年度年会費 7,000円とテキスト代、修了証含む）
- お申込み：下記まで TEL かメールにて

TEL：080-5649-2086 メール：info.fukuyoga@gmail.com
ホームページ：<https://afukumoto-holistic-health-inst.jimdo.com/>
主 催：福元朗ホリスティックヘルス研究所
共 催：一般社団法人 手のひらセルフケア協会