

「やってみよう」「丹田呼吸法セラピー」
～丹田呼吸法セラピーの効果と実践体験～

ライフワーク応援

〈藤麻美子式〉

丹田呼吸法セラピー体験会

毎日、「丹田呼吸法」(腹式呼吸)を10呼吸行うだけで、
ストレス軽に“さよなら”できるとしたら…
そして、あなたの新しいワクワク人生がはじまる…

老若男女、みなさんに
おすすめします。

やってみて、「あれっ、
体がかかるくなってる…」を
実感できます。

ワクワク、ドキドキ、
なんだかウキウキ。

ストレスもいつの間にか、
解消。

集中力が高まった。

肩甲骨を動かすから、
老廃物が流れて、
むくみもとれ、姿勢スツキリ

ハワイアン丹田ダンスで
心と体を解放しよう。

とき

2015年5月10日(日)

14:00～16:00(受付13:45～)

●14:00～丹田呼吸法とは ●14:10～丹田呼吸法セラピー体験会
●15:00～ライフワーク応援イベント

ところ

山形テルサ 研修室A(3階)

参加費

1,000円(当日1,200円)

※参加費の一部を東日本大震災復興のために使わせていただきます。

楽しいイベントコーナー

〈呼吸法セラピーの受講生による出店です。〉

●農家のお母さんの手作り

「お漬物」「お菓子」「絶品ラー油」の
試食販売!!

疲れ知らず!「黒にんにくチョコ」
「ドライりんご」「りんごチョコ」
「りんご煮」「黒にんにく」

●ハンドケア体験 by AYAKA

●お問い合わせ

ライフワーク応援・呼吸法セラピー実行委員会
tel.080-6005-7829

●何ができるかな? 「ゆかり商店」

●生け花体験コーナー

花材費 600円

先着10名様

お花は癒しの力を持っています。
お花にふれてみませんか。

※詳しくは、ミラクルレインボー・スクールの
ホームページをご覧ください。

<http://miraclerainbow.jp/>

ミラクルレインボー・スクール