




養生の力を学ぶ

zoom 養生塾

日々、人生を心地よく送る為、
生きる力を養う「養生」を学ぶことを通
し、心と身体のしくみに目を向ける空間。

今が病であっても、そうでなくても、
明日、なりたい姿（細胞の活性化）を目指
す可能性の場であり、

この空間で身体の力に気づき、その力を
信じ、身体の力を使うきっかけとします。

zoom 養生塾概要 

zoom 養生塾 コース

● ベーシックメンバー (月会費無料)

ベーシックコース内容

① zoom 養生講義

基本 月 1 回若しくは 2 回 開催事前案内

(身体の講義約 90 分 + 質疑タイム)

※不参加の場合、録音配布無し。

▶ エントリー (ベーシックコース)

<https://qr.paps.jp/thyKo>

.....

● プラスメンバー (月会費 ¥5,500)

プラスコース内容

① zoom 養生講義 身体のしくみ

基本 月 1 回若しくは 2 回 開催事前案内

(身体の講義約 90 分 + 質疑タイム)

※不参加の場合、後日録音配布有り。

② zoom 養生実技指導 呼吸・姿勢

生活の中で、無意識に深い呼吸が出来るようになるまで指導者と共に毎月体感。

基本 月 1 回若しくは 2 回 開催事前案内
(実践指導約 60 分+質疑タイム)

③ プライベートレッスン (リアル・zoom)

特別受講料特典 ¥ 49,500 (期間限定無
通常受講料 ¥ 55,000)

※プライベートレッスン概要

<https://qr.paps.jp/grBuf>

④ 身体へのアドバイス

メール・電話での問い合わせ随時受付
(時間無制限)

- ⑤ 東京カフェセッション無料参加
リアル会 身体の講義&アドバイス。
基本 月1回 開催事前案内
▶ エントリー (プラスコース)

<https://qr.paps.jp/SW7Eh>

- ⑥ 他、都度特典有



養生指導

<https://qr.paps.jp/0hud3>

mixs. 細胞活性

<https://www.mixs.jp>