

一粒万倍日に贈る・・・

「イキイキ生きる呼吸の力と身体のカ」

養生講演 in Chiba

6 / 2 9 (日)

開 場 13:30 開講 14:00

会 場

千葉県佐倉市ユーカリが丘イオン
イオンタウンホール東街区3階B

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

参加費 5,000 円

指 導 松本 孝一

<https://qr.paps.jp/vYF73>

主 催 養生講演開催実行委員会

実行委員 松本さゆり 南日洋美

問い合わせ millefeuille0911@gmail.com

エントリー  <https://qr.paps.jp/mlbL>



(タイムスケジュール)

開場受付 13:30

養生講演 14:00～

生きる力を養う「養生の力」

実技指導 15:00～

細胞活性呼吸、姿勢他、
日常の中での身体の使い方

質疑応答 15:40

病から復活へのアドバイス
青少年のケガの予防他
個別相談受付

<主催者から開催への思い>

日々、心と身体の健康にかかわる活動をしている身にとりまして、人間本来の体への学びがとても大切だと思っておりました。

様々なご縁から呼吸の力を提唱し数えきれない病からの克服を指導し実証されている松本先生との出会いは衝撃的でありました。そして、呼吸がこんなに大切というのを知りました。

誰にでもある体の力、体への考え方を広く知っていただくことが多くの人たちの幸せにつながると信じています。

養生講演開催実行委員会

<講師よりご挨拶>

食は地の気と言われる通り、自然界からエネルギーを摂り入れ、明日の命を育む、かけがえのないものです。

ただ、いかに滋養に富んだ食材でも、身体が吸収、代謝の為、十分な酸素と、細胞に滞りなく運ぶ血流はじめ身体の仕組みが、きちっと働いてなければ、生きるエネルギーには変えられません。

食が、地の気なら呼吸は「天の気」、生きる根源と言えます。

この度、イキイキ生きる基本、呼吸、

はじめ身体の仕組みを学び、同時に、
実体感して頂く稀有なご縁に繋がりました。

万一、病になっても治りやすい身体を
養う、身体の実実に触れて頂ければうれ
しく思います。

mixs. 松本 孝一

www.mixs.jp