

「フェルデンクライスメソッド®」特別体験クラス

# 脳と体の感覚トレーニング

さらなる潜在能力  
が目覚めます。

ゆっくり小さく  
動く事により  
ムダな力や動き  
に気づきます。

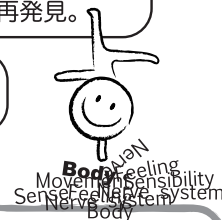
そこに本来の自然な  
動きを再発見。

そのムダを  
そぎおとす。

必要以上に体に力  
はいってませんか？

2010年

9月19日(日) 2:00pm~5:00pm



**会場** 下江町公会堂 (車:浜松駅より15分 バス:下江町バス停より徒歩4分) **参加費** 3,000円 **P** 無料 **定員** 15名 予約制

**対象** 肩や首に力がはいて凝ってる方。首が気になる方。ちょっと猫背？と思う方。

**クラス内容** 2:00 - 3:00 肩と首 1 <30分間 休憩と交流タイム>  
3:30 - 4:30 肩と首 2 <30分間 質問と交流タイム>

**講師** 国際認定フェルデンクライス® プラクティショナー サビン先生



楽な姿勢でよい姿勢。。。。☆

レッスンは彼女の流暢な  
日本語で行います。

**お問い合わせ** 齋藤 msaito41@mac.com  
090-2184-2181  
の  
谷野 080-6957-8517(留守電にメッセージをお願いします)

**ご予約** 上記メールアドレスへ、お名前・ご連絡先を明記の上  
お申し込みください。お問い合わせもどうぞ！

※詳細はブログの「フェルデンクライス」をクリックしても確認できます→ <http://notitle.hamazo.tv/>  
そしてサビン先生のブログはこちら→ <http://www.feldenkrais-practice.jp/>