

フェルデンクライス®学習会

Regain Functional Activity ～機能的な活動を取り戻す～

フェルデンクライス・メソッド®のレッスンを学習します。通常のレッスンは木から林、林から森というように小さな局所の動きを波及させて大きな全体の動きへと進めてゆきますが、R.F.A.では森から学んでゆきます。最初にレッスンの最終の動きを行うので、いわゆる型から入ってゆきます。全体の動きから林へ、さらには木へと局所に注意を向けてみます。リハビリテーションや看護、介護はもちろんですが、yogaやピラティスのワークアウトやアスリートのファンクショナルトレーニング、児童に向けた発達発育期の動きや親子体操、中高年や高齢者のグループレッスンやホームプログラムなど様々な場面で活用できると思います。

4/19 日
10:00-16:30

| 場所 |
児島産業振興センター



講師紹介



森近 貴幸 (Feldenkrais OKAYAMA代表)

フェルデンクライス国際認定指導者／理学療法士／JSPO-AT

理学療法士の国家資格取得後、ドイツにて徒手療法、アメリカにてオステオパシーなど様々な資格も取得。その他、アスリートに対するトレーナー活動・リハビリ養成校教員など様々な領域で活躍し、現在はコンディショニングスタジオ PhysioStyleにてフェルデンクライス・メソッド®のレッスンを提供している。



会場：児島産業振興センター

時間：10:00～16:30（昼休憩あり）

参加費：8,000円（別途施設使用料1,000円）

持参品：ヨガマットなどの敷物やバスタオル

申込み：フェルデンクライス岡山HP内

申し込みフォームより受付中

