

【お申し込み】

フェルデンクライス岡山HP
又は
okayamafelden@gmail.com

フェルデンクラス・メソッド®
北海道フェルデンクライス学習会

< Guide to Movement >

ワームに脚が生える ～姿勢制御期～

フェルデンクライス・メソッド® は、馴染みのない動きを行うことで無意識の内に身に染みついた古い動きの習慣から離れ、より自然で効率的な動きを自ら再教育する方法です。今回は姿勢制御について動きのレッスンを通して、姿勢や全身の動きなどに与える影響を体験してみましょう！

～講師～

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され、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。

4月 11,12日

会場：札幌市厚別区民センター

時間：10：00～16：30（昼休憩あり）

参加費：16,000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