【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®
札幌フェルデンクライス学習会

四つ這い位でのレッスン

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、無意識のうち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「四つ這い位でのレッスン」をテーマに、レッスンを通して全身の動きなどに与える影響を学習しましょう！



―講師―

森近　貴幸（Feldenkrais OKAYAMA代表）

フェルデンクライス・メソッド®プラクティショナー

理学療法士

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、スポーツ現場やアスリートに対するトレーナー活動やリハビ 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。

12月12日(土)

【会場】札幌市西区民センター【時間】10：00 ～ 16：00
【参加費】8,000円（別途施設使用料）
【持参品】ヨガマット、銀マットなどの敷物とバスタオル
【お問い合わせ】フェルデンクライス岡山ホームページ
✉ okayamafelden@gmail.com