



～4月からの暮らしの学校おすすめ講座のご案内～

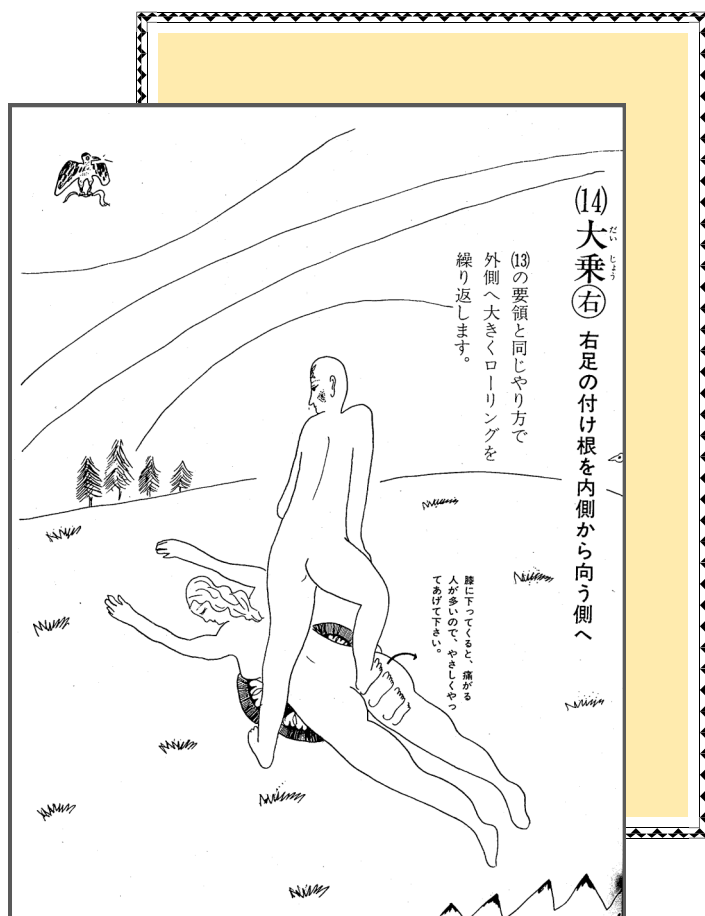
第28回 健康と家庭の医学特別講座

医者に頼らず生きる術

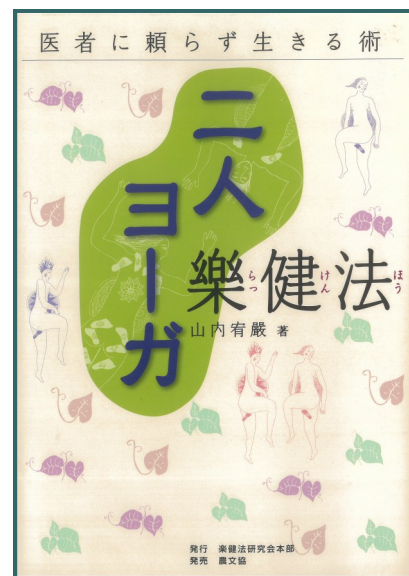
二人ヨーガ 楽健法

足で筋肉を踏みほぐす事で血液・体液の流れを改善し、ゆがんだ骨格を整える「楽健法」。

創設者の山内有厳先生を奈良の東光寺よりお迎えします。25歳にして喘息にかかり、治療困難なほどの闘病生活を送られ、ある時、玄米中心の食養、酵素風呂や天然酵母パンと出会い、健康な体を取り戻した経験をお持ちです。すぐに誰でもできる、循環療法”二人ヨーガ・楽健法”、4月より定期講座も開講です。



※山内先生著書 二人ヨーガより抜粋



Copyright © 2008 二人ヨーガ 楽健法 All Rights Reserved.

- 会場:暮らしの学校 さつきホール
- 開催日時:4月7日(土)12:00～14:00
- 開場:11:30
- 受講料:2,000円
- 持ち物:スリッパをお持ちください



お申込・お問合せ

暮らしの学校 電話0120-511-533/0564-55-3434 (月～土/9:30～17:30)
ホームページ <http://www.kurashinogakkou.org/>