

SHIZEN な SHISEI

# 「姿斉」講演会 in 名古屋

講師：片山 賢

～自然なカラダとココロのととのえ方～

「姿斉」とは流れる雲のような、自由でこちよ、一人でできるカラダとココロの体操です。

自然の律動にそって姿勢をととのえていくことで、カラダやココロに関する様々な問題が無理なく自然に改善されていきます。

自然にゆらぎ、こことよく暮らすための智恵が身につく講演会です。

【日時】 2015年10月26日（月）

午後の部 13:30～16:30 頃（受付開始 13:15）

夜の部 18:30～20:45 頃（受付開始 18:15）

【定員】 各 17 名（定員になり次第締め切らせていただきます）

【会場】 ウィル愛知 4階 和室 1



名古屋市東区上豎杉町1番地  
TEL 052-962-2511  
<http://www.will.pref.aichi.jp/>

【会費】 各 5,000 円

【注意事項】 \*動きやすい服装 \*バスタオル \*筆記用具  
\*講演内容の録音および撮影はご遠慮ください

【申し込み/問い合わせ】

姿斉・愛知県支部 熊澤美貴 木村紀美子

070-5039-1135 [28@studio-plumage.com](mailto:28@studio-plumage.com)