

チネイザン

チネイザンは心と身体を癒すタオ（道教）に伝わる伝統療法です。
チネイザン（氣内臓）マッサージは手のひらを使ってお腹をやさしく刺激することで溜まった病気の原因（負の氣）をプラスに変えるマッサージです。
第二の脳と呼ばれる内臓のコリとコブをほぐし、老化や疲労により下がってしまった内臓を元の位置にもどし、本来の機能を取り戻します。

暮らしに活かす陰陽五行生活

季節と体の部位が関係するといわれる東洋医学の考え方「陰陽五行」を学び、それに対応するセルフチネイザンを体得できる、講義&ワークショップのコースです。

最近スッキリしない、身体の調子がおかしい、ストレスが溜っている・・・など、日頃感じる不調を見逃していませんか？
自分の不調を自分でケアするのが、セルフチネイザンです。

毎日をスッキリ過ごすために、セルフチネイザンで身体に備わる陰陽五行のバランスを整え、氣血水の巡りを改善させましょう。

心と身体は一つ。冷えてカチコチのお腹は心のSOS。
自分の手のひらでお腹をほぐし、ふんわり温かい心と身体を取り戻しましょう！

時間

10時30分～13時00分(各回)

(Yuki☆先生を囲んでのランチ会つき！)

※①6/22(土)のみ10時00分スタートです。

受講料

5回分一括
受講料

会員：22,500円

一般：25,000円

単発受講料
(1回)

会員：5,000円

一般：5,500円

※受講料はマクロビオティックの特製弁当代を含みます。

会場

日本CI協会 池尻大橋CIビル

東京都目黒区東山三丁目1番6号

(東急田園都市線「池尻大橋」駅より徒歩3分)

持ち物

筆記用具、動きやすい格好(上・下)

大きめのタオル、フェイスタオル2枚

講師：Yuki

●講師プロフィール ゆき

一般社団法人内臓マッサージ協会代表理事。
インド、タイ等で修行を積み、ヨーガ、マクロビオティック、カウンセリング、アロマの智慧と技術をチネイザンに融合させた、オリジナルセルフケアを開発。著書に「氣内臓デトックスマッサージ」(KADOKAWA)等。
マクロビオティックで子育て奮闘中。



氣内臓デトックスマッサージ

セルフチネイザン

2019

陰陽五行コース

第4期



五臓を調べて、全身の
氣の巡りを良くしましょう！

日程・カリキュラム

定員 各回24名

① 6/22(土):Wood 肝のチネイザン(自律神経系)

イライラ、ストレス、目の疲れ、肩こりの氣になる方へ

最初に、セルフチネイザンの基礎講義を行います
初めての方は、①の受講をおすすめします

② 7/20(土):Fire 心のチネイザン(血液循環系)

焦り、我慢、不眠、低血圧、冷え性にお悩みの方へ

③ 9/28(土):Earth 脾のチネイザン(消化器系)

不安、心配、消化不良、食べ過ぎの方へ

④ 10/26(土):Metal 肺のチネイザン(呼吸器系)

悲しみ、落ち込み、肌荒れ、便秘が氣になる方へ

⑤ 11/23(土):Water 腎のチネイザン(内分泌系)

生活に直結する不安、婦人科、腰痛、老化が氣になる方へ

※5回連続受講された方には修了証を授与いたします。

※過去に受講の方でも未受講分を受講いただくと修了証を授与いたします。お申込みの際、ご申告ください。
なお、未受講分受講の方・再受講の方は、単発受講となります。あらかじめご了承ください。

※お申込みはご入金をもって完了となります。なお、弁当手配の都合、ご入金は開催日5日前までにお願いします。

※男性の方は、パートナーの方とのご参加をお願いします。

あらかじめご予約のうえ、下記口座へ参加費をお振込みください。

原則、郵便局でのお支払をお願いします。会員の方は、郵便局用の赤枠の払込用紙をご利用ください。(手数料がかかります)

郵便振替口座：00100-3-194125 加入者名：日本CI協会 通信欄に講座名を明記ください。

お問い合わせ & お申し込み

日本CI協会 東京都目黒区東山三丁目1番6号 電話：0120-306-193/Fax：0120-306-293

ホームページからお申し込みできます！

www.ci-kyokai.jpまで