

フェルデンクライス・メソッドと“ゆ”につかる

Feldenkrais Method とは、日常生活の中でいつもやっている行動（習慣的パターン）に目を向けます。個々の人が自分自身の行動パターンを気付くために組み立てられたレッスンです。と同時に地球上で生きているという環境に目を向けます。そして、赤ちゃんが生まれてから、誰にも教わることなくハイハイし、立ち上がって、歩き出す、と同時に言葉という社会とのコミュニケーションの道具を自力で手に入れるという幼児期（とりわけ0歳から2歳ぐらいまで）の脳の発達の過程に目を向けて創られたメソッドです。

今回で第5回目となります。6年以上の指導経験をもつフェルデンクライス・メソッドプラクティショナー達によるATMと体験としてのハーフFIと内容を深めてより充実した企画にしています。フェルデンクライス・メソッドのグループレッスン（**A**wareness **T**hrough **M**ovement）と個人レッスン（**F**unctional **I**ntegration）とを体験する機会です。ゆっくりゆっくり、小さい小さい動きをした後に、大きい変化が訪れるかもしれません。ほんの少しの感覚の気付きにより身体機能が大きく育っていく学びの過程です。フェルデンクライス・メソッドを十分に楽しみましょう。

主催 フェルデンクライス柴田とその仲間たち
（大宮チエ子・橋本維知子・岩間美佳・石川静恵・ゆうじろう）

開催日時 9月17日（金）～19日（日）

開催地 ロッジ蔵王ドッコ沼

住所 〒990-2301 山形市蔵王温泉ドッコ沼畔 tel:023-694-9301(8:00～22:00)

交通手段 最寄りの駅 JR 山形駅から山交バス蔵王温泉行きで45分、終点下車、徒歩5分の蔵王中央ロープウェイ温泉駅からロープウェイで8分、鳥兜駅下車、徒歩20分



募集人数 約20名

参加費 レッスン料（5 ATM とハーフFI）・宿泊費・夕食と朝食を含む

¥50,000 参加経験者は¥45,000 何れも早期申込割引あり

8月13日までの申込みの場合 ¥42,000 参加経験者は¥37,000

9月3日まで申し込みの場合 ¥45,000 参加経験者は¥39,000

オプション FI レッスン（事前の申し込みを優先します）

★料金はプラクティショナーによって異なる ¥4,000～¥10,000

必要なもの： 動きやすい服装・歩きやすいシューズ

申し込み方法： e-mail での申込は申込用紙に記載された要領で、chieko@ksf.biglobe.ne.jp へ件名「フェルデンクライス“ゆ”」と入れて下さい。

ファックス又は郵送の場合：別紙申込用紙に記入の上にて下記の宛先までお送りください。

なお、参加費は申込から1週間以内にお振り込みください。参加費入金の確認をもって正式な申込受付とさせていただきます。（FI レッスンについては当日にお支払いください）

郵送先 〒989-1622 柴田町西船迫2-3-22 大宮 チエ子

TEL/FAX：0224-55-4545

振込先 七十七銀行 大河原支店 普通 5394953 フェルデンクライス柴田

■キャンセルについて

9月10日（金）までは半額から返金手数料を差し引いた金額をお返し致します。9月11日以降は返金いたしかねますのでよろしくお願い致します。



申 込 用 紙

氏 名

住 所 〒

電話番号

性 別

年 代

F I レッソンの希望の有無

◎ ご希望があればプラクティショナー名もお書き下さい。

e-mail、郵送、又は主催者のメンバーに電話・FAXでお申込の上、参加費を1週間以内に口座にお振込みください。参加費入金の確認をもって正式な申し込み受付とさせていただきます。(F I レッスンについては当日にお支払ください)

★やむを得ず1泊2日を希望される方は、その旨お知らせください。

