

2018年1月 レッスンスケジュール

	日	月	火	水	木	金	土
ベーシック	年末年始のお休み 12/28(木)~1/4(木)					1月5日	1月6日
						★13:00-14:30	13:00-14:30
						伊東佳美	阿部明日香
	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日
ベーシック	11:00-12:30 阿部明日香	定休日		11:00-12:30 真田由香		13:00-14:30 阿部明日香	13:00-14:30 阿部明日香
			★19:00-20:30 友田とき		★19:00-20:30 森岡尚之	18:00-19:30 特別クラス 友田とき	
	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日	1月20日
ベーシック	11:00-12:30 阿部明日香	定休日		11:00-12:30 阿部明日香		13:00-14:30 阿部明日香	★13:00-14:30 友田とき
			★19:00-20:30 森岡尚之		★19:00-20:30 森岡尚之	18:00-19:30 特別クラス 芹沢紀美子	
	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日	1月27日
ベーシック	★11:00-12:30 友田とき 【テーマ付き】	定休日		11:00-12:30 真田由香		13:00-14:30 阿部明日香	★13:00-14:30 森岡尚之
			★19:00-20:30 森岡尚之		19:00-20:30 嶋村順子		
	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	特別クラスのご案内(内容詳細は裏面をご覧ください)		
ベーシック	11:00-12:30 阿部明日香	定休日		11:00-12:30 真田由香	1/13(土)18:00-19:30 担当:友田とき 【取り扱い注意!相手の心をつかむ魔性の素顔の作り方】		
			★19:00-20:30 森岡尚之		1/20(土)18:00-19:30 担当:芹沢紀美子 【GAP(Gestalt Awareness Practice)を体験してみませんか】		

★印のクラスは「前日の13時までに」ご予約・変更・キャンセルしてください。(オンライン予約システム、またはお電話で対応可能)
前日の13時までにベーシック生の参加予約が無い場合は、翌日の★クラスは開催されませんのでご注意ください。
★印以外のクラスは、今まで通り当日予約(お電話)も可能です。

特別クラス:毎回異なる講師によって自由なテーマでワークショップを行います。内容詳細は裏面をご覧ください。
ベーシック生のみなさまは無料(チケット有効期限内に限る)で参加できます。
人数の制限がありますので、メールosaka@bodychance.jpか電話で前営業日の18時までに必ずご予約ください。

※カレンダーは常時更新しています。最新の情報はホームページのトップページ下、「ベーシックコーススケジュール」をご覧ください。
やむを得ない場合、講師が変更になる場合がございます。

〈特別クラスのお知らせ〉

※2クラスともベーシック生は参加無料。(チケット有効期限内に限ります)
前日までにご予約ください。予約先: osaka@bodychance.jp

◎1/13 (土) 18:00-19:30

担当: 友田 とき

取り扱い注意!相手の心をつかむ魔性の素顔の作り方

あなたには心をつかみたい人はいますか?

片想いの相手、仕事のお客さま、家族、友達、それとも自分自身…。

相手の心をつかむための土台、素顔の作り方を伝授します。

ただご注意ください。

このメソッドによって意中の人以外にも好かれる可能性がありますから。

◎1/20 (土) 18:00-19:30

担当: 芹沢 紀美子

GAP (Gestalt Awareness Practice) を体験してみませんか

GAPは“いま”自分に起きていることに気づきあるがままの自分で存在できるようになるためのワークです。アレクサンダー・テクニークを使うために意識的に“いま、ここにいる”ための方法としてGAPは大変役にたちます。

“いま、ここ”に在る力を養うと、教えたり仕事などの場面で“他人とともにいる”、そして相手の話を“ただ聴く”ことがとても容易になります。

また自分も“ただ聴いてもらう”という体験をしてみたいと思いませんか?

アレクサンダー・テクニークをさらに深く学ぶためにもぜひGAPを体験してください。

前回参加されなかった方も歓迎です。

〈テーマ付きベーシッククラス〉

1/21 (日) 11:00-12:30 【顔のこと相談室】

年が明けても顔のこと相談室開催!

あっという間に顔が変わって生徒さん大興奮のレッスンです。

目元、頬のたるみは考え方で。ほうれい線は少しの知識で変わります。

それ以外にも口の開閉に関するお悩みなど顔に関することなんでもござれ。

あなたの顔の悩みは何ですか?