

# <アーユルヴェーダ入門> アーユルヴェーダの基本



2015年6月24日(水)

13:00~17:00



講師: 神藤多喜子

受講費 8,000円(税別)

～一人一人に寄り添った「なるほど感」いっぱいの母子支援力向上講座～の入門です。どなたでも受講できます。日本人の特性とアーユルヴェーダのシンプルで奥深い知識を基礎から学び、心と体と魂のトライアングルバランスをとるための具体的な技術とコミュニケーション能力をを高めるスキルがたっぷりの人間力の基礎です。

## <アーユルヴェーダ入門>

- ① アーユルヴェーダの歴史 心と体を整える伝統医学的知識だけでなく幸せで充実した生き方を教える知恵が一杯
- ② アーユルヴェーダの基本 5つのエネルギーと3つの性質を知ろう、それぞれの個性とその特徴に合わせたライフスタイルやケア方法等の知恵の宝庫です。

母子支援者として、どうあるべきか判断する基準が、アーユルヴェーダには体系立ててあります。母子支援を行う上で、支援者自らの心と体が楽になり、親との信頼関係をつくれる指導に役立ちます。

申込 <http://hahaco.jp>

FAX 03-3806-7732 (24時間受付)

e-meil [info@hahaco.jp](mailto:info@hahaco.jp)

会場 プチブレストスタジオ  
地下鉄丸ノ内線「新中野駅」徒歩3分

