

けいらく通信

2013/03
No.8

発行：一般社団法人 日本けいらくビクス協会

<http://keirakubics.com>

公式ブログはこちら↓

<http://keirakubic.exblog.jp/>

村井匡枝インストラクター歴30周年記念

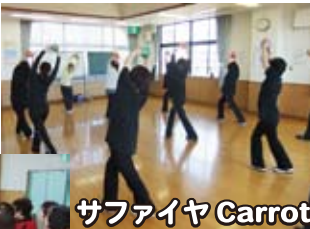
【皆さまに感謝の特別企画！次年度はナント！

年会費が半額！ご新規様は入会金0円でOK!!

おかげさまで、日本けいらくビクス協会もだんだんと知名度をあげ、認定インストラクターも10名を超え益々発展の兆しでございます！ONスタジオにお越しの皆様にはいつも暖かいご声援を頂きまして誠にありがとうございます。日頃の感謝を込めまして2013年度は年会費半額でございます。11月には30周年パーティーもあります！



クラブ訪問
出張体験会



サファイヤ Carrot

WITH
村井先生や専科のインストラクターが長年続けているエアロのクラブに訪問し、けいらく



篠島チェア体操

ビクスを体験して頂きました。興味津々～是非、ONスタジオに来てくださいね！！



ヘルス&フィットネスジャパン2013において「体験！けいらくビクス®」のセミナー開催の依頼がありました。6/19 15:00～16:30、有明のビッグサイトです。来場者15000人の大きなイベントです。多くの方に知って頂けるチャンスです！！

けいらくビクス®
経絡ストレッチ 新しいプログラムです。けいらくビクス®のコンディショニングやストレッチを主にゆったり行います。ゆったりとした呼吸と動き中心で心と身体を一つにし、心身のバランス調整を行います。身体を柔らかくする事が目的ではなく氣の流れを促進する事で季節に対応した健康的な身体作りを目指します。

【これからの新教室予定】

よみうりカルチャーセンター大宮

第1・3・5週 木曜日 13:00～14:15

「経絡ストレッチ」講師：KYOKO 4/4～

第1・3・5週 月曜日 10:30～12:00

「ゴルフ・エアロ」講師：小岩桂子 4/1～

【4月新教室】講師：中村勝美

けいらくビクス®「経絡ストレッチ」

よみうりカルチャー錦糸町

第1・3・5週 火曜日 13:30～

よみうりカルチャー荻窪

第2・4週 火曜日 11:30～

ジェクサーフィットネスクラブ

☆上野店・東神奈川店・四谷店

中村先生大忙し！

【6月新教室】東京進出！

1day レッスン

ブラボートレーニングセンター
東京都千代田区飯田橋 2-1-10
TUGビル 3F

6/16.10/20.12/15.1/19.3/16

①10:15～11:15 けいらくビクス®

②11:30～12:30 経絡ストレッチ

各3,000円、①②共5,000円

要予約

【新クラブ】大相模

「けいらくビクス®」

講師：KYOKO&ふづき

大相模地区センター

毎週水曜日 10:30～

入会金3000円/1回500円

【ジェクサー・スポーツアカデミー養成コース】好評につき4月より再び開講決定！どんな素敵なお会いできるかな？

【速報】DVD、本の新刊

なんと！ついに！DVDのお話がきています。そして、中村先生も本の執筆中です（こちらは、お腹凹ませ系）6月ごろ発売予定。詳細が解り次第ホームページなどでお知らせいたしますので、お楽しみに～！！

知っ得ツボ！

☆大敦（だいとん）

足の親指の爪の生え際、人差し指側

肝臓の働きを活発にする

イライラ解消、二日酔いめまい

よみうりカルチャーセンター柏

毎週 火曜日 4/2～

17:15～18:45

「ゴルフ・エアロ」

講師：島根玲子

第2・4週

月曜日 4/8～

17:30～18:45

「経絡ストレッチ」

講師：FU☆MI

【記事募集】小岩マネ・鷲尾広報までお気軽に！

編集後記ツボやき：お知らせが盛りだくさんになってしまいました（汗）次回も良い報告ができるよう頑張ります。ONスタジオにも新しいお仲間が増え嬉しい春です！！そして、11月のパーティーのご協力もよろしくお願いいたします。

ちよつと待て
イライラは肝疲れ

