

けいらく通信

2017/11/07
No.16

<http://keirakubics.com>

発行：一般社団法人 日本けいらくビクス協会

公式ブログ <http://keirakubic.exblog.jp/>



ホームページへ！

【新潟で、けいらくビクス体操】

けいらくビクス体操指導者講習会 in 新潟
一昨年のロスで行われた IDEA でご一緒した田村 利恵子先生が企画してくださり、2017年9月3日、新潟市東区にある東総合スポーツセンターで、けいらくビクス体操の指導者講習会を行いました。



すばらしい施設に、とてもすばらしい受講者のみなさま！丸一日の講習会でしたが、楽しく行えることができました。また、新潟で講習会を！と言う嬉しいお言葉もありました。実現できるよう頑張ります！

新潟はとても良い所でした。美味しいものいっぱい！東総合スポーツセンターがある場所が はなみずき という地名で、講習会のおまけで村井代表がフィットネスダンスのハナミズキを披露し、和やかに講習会を終えました。

へぎそば
&
特人大卵焼き



田村先生と

次の体操講習会開催日※10/28 (越谷) ※2018年2/11 (東京)

知っ得ツボ！

☆聴宮 (ちょうきゅう) 〈小腸経〉

耳珠 (じじゅ) と呼ばれる、耳の穴の入り口にある出っ張りの前で軽く口を開けたときできる凹み部

耳鳴り解消、難聴、中耳炎、外耳炎、に効果的。

その他、頭痛、歯痛、顎関節症にも。

【講習会予定】

※10/28、2018年2/11 けいらくビクス体操指導者講習会

※11/26 ・秋の経絡ストレッチ ・冬のけいらくビクス 3hWS

※2/18 ・冬の経絡ストレッチ ・春のけいらくビクス 3hWS

※5/20 ・春の経絡ストレッチ ・夏のけいらくビクス 3hWS

【新認定インストラクター紹介】



静 幸美インストラクターです。群馬県在住。藤岡市の公共施設やホリデイスポーツクラブ、シダッ

クスカルチャースクールなどで、親子チアダンスでの幼児から、ストレッチ指導の70代まで、幅広い指導をされています。「子どもから大人まで、笑顔になれる楽しめる時間をつくれる役をしてみたいと思っています。」と、いつも元気な静インストラクター。皆様、よろしくお願い致します。

【イベント情報】



こしがや能楽堂で経絡ストレッチ

11月26日 (日) 冬の経絡ストレッチ

2月25日 (日) 春の経絡ストレッチ

時間 10:00~11:30

参加費用：1,000円

こちらのイベントは勉強会のメンバーが担当しています。冬は相澤、春は、鷲尾インストラクターの経絡ストレッチです。是非、お越し下さいね～

墨田区「多聞寺」で経絡ストレッチ

11月21日 (火) 13:30~ 秋の経絡ストレッチ

墨田七福神、毘沙門天の多聞寺ご本堂で、村井代表による経絡ストレッチです。参加費 1000円

東武スカイツリーライン 堀切下車 徒歩 10分

趣あるお寺は空気が違う気がします～

編集後記ツボやき：またまたお待たせしました！しばらくぶりの通信です。年に一度くらいになってる～反省！

お客様から嬉しいエピソードを頂きましたのでご紹介します。70代女性の方で、この夏休み、娘さんご家族と浅草に行き、人力車に乗って観光の最後にスカイツリーを背に記念写真を撮りました。「皆さん、スカイツリーのように腕を上げましょう～！」と人力車のお兄さんに言われて撮ったそうです。写真はすぐ出来て、写真を見たお兄さんがビックリ！！「おばあさんが一番高くまっすぐ腕が上がってますね～！！」娘さんもビックリされたそうです。「どうして～？お母さん？」「ふふふ、運動のお陰よ。こういう動きもするのよ」と、とても自慢だったとお話してくださいました。ものすごく嬉しいお話です。生活の中のふとしたことで運動を続けていて良かったと思えたら本当に素晴らしいですね～