

集注個別稽古のご案内

大井町稽古場 松井淳

目黒稽古場 菊地実

【内容】 個人教授と、相互内観で「整う」経験を深めたいと思います。

個人教授：一対一、又は二人一組の稽古で、順次整うまで続けます。

相互内観：一対一で、うつ伏せからはじめ、一姿一手で順次受け続け、
最後は仰向けで「整う」を目指します。

【日程】	日	時		担当者
4月15 (木) (大井町)		① 17:00~19:00	個人教授	松井・菊地
		② 19:30~21:30	相互内観	
4月21 (水) (目黒)		③ 17:00~19:00	相互内観	
		④ 19:30~21:30	個人教授	

【定員】 個人教授 6名 (参加人数により、一対一か組稽古になります)

相互内観 4名

【会費】 個人教授のみ、相互内観のみ：5000円

通し：8000円

【参加資格】 身体教育研究所の稽古会参加経験者。

【参加方法】 4月5日までに希望の日時を提出、又は連絡下さい。

4月10日までに参加日時の決定を連絡致します。

【連絡先】 菊地実 090-4755-5697

megurokeikojo@sf7.so-net.ne.jp

切り取り線

氏名	電話番号	メールアドレス

第一希望 第二希望

4月15 (木) (大井町)	① 17:00~19:00	個人教授		
	② 19:30~21:30	相互内観		
4月21 (水) (目黒)	③ 17:00~19:00	相互内観		
	④ 19:30~21:30	個人教授		

※ 両日参加、連続参加ご希望の方は、それぞれの日時に○をして下さい。