

新緑のきれいな阿蘇で
テトックス&若返り!

身近な食べ物での
手当て法

温泉で
リラクゼーション

パワースポット
巡り

阿蘇プチ断食セミナー

腸は人体最大の免疫器官とされています。最近の研究では第二の脳であることが発見されました。プチ断食で腸をキレイにすることで免疫力をUPし、身も心も美しくなりませんか？

プチ断食で健康維持はもちろん、直感力が豊かになり、気持ちもすっきりします！今回のセミナーは初心者でも簡単に始められるプチ断食の方法が学べ、体験できるまたとない機会です。**阿蘇のパワースポット散策、温泉、先人の知恵である食べ物を使った手当て法、癒しのミニコンサート**など、盛りだくさんの内容となっています！ぜひ、ご参加ください。

開催日：**2014年5月3日(土)～5日(月・祝)**

会場：**TAO リトリートセンター**

熊本県阿蘇市一の宮萩の草矢ヶ部 107

受講料：**48,000円** (2泊3日)

(宿泊費、酵素代、ハーブドリンク代、研修費用、保険料を含む。)

※天神から送迎の車を予定しています。(別途4,500円が必要です。要予約)



定員：**20名限定** 申込締め切り：**4月21日(月)**

〈講師〉

おかべけんじ
講師 **岡部賢二**

ムスピの会主宰。正食協会理事。マクロビオティック九州代表理事。マクロビオティックの講演や健康指導で全国を回っている。著書に「マワリテメクル小宇宙～暮らしに活かす陰陽五行」(ムスピの会)、「月のリズムでダイエット」(サンマーク出版)、「心とからだをキレイにするマクロビオティック」(PHP出版) などがある。

かわのしゅういち
講師 **河野修一**

自然医学整体研究所 Being Touch 主宰・魂の整体師&癒しのヒーラー。「カラダは癒し方を知っている」という自然医学の考え方をベースに、「潜在意識との対話」や「セルフヒーリング」をテーマにしたセミナーやワークショップを各地で開催している。

ふじのよしあき
講師 **藤野良明**

オーガニック野菜の宅配ファイン経営。マクロビオティックインストラクター。野菜・食品に使われる農薬や食品添加物の怖さを知り、一人でも多くの人たちに「命ある食べ物」の大切さを伝えたいという想いから各地でセミナーを行っている。

いわたよしゆき
講師 **岩田芳之**

リウマチにより寝たきりになった母親が食改善でゴルフができるまでに回復。食の力に魅了され(株)玄米酵素に入社。現在、取締役本部長。《食改善+心理療法+セルフイメージを変える》ことにより、輝く人生を応援している。幼稚園をはじめ学校、婦人会など全国各地で年間100回以上の食育講演をしている。

〈オススメポイント!〉 **安心・安全!**

◎酵素やハーブドリンク、玄米粥、玄米甘酒を使った断食です。

◎お腹が空きににくく、リバウンドも起こしにくいので初めての方でも安心して実践できます。

◎マクロビオティックによる健康法や食べ物を使った手当て法が学べます。

【お申込&お問い合わせ先】

オーガニック野菜の宅配 **ファイン**

*お申込は裏面をご記入の上、FAX でお願ひします。

〒811-0215 福岡県福岡市東区高見台2丁目40-1

携帯：080-6404-0831 FAX：092-606-9967

E-mail：oyasai2883@ezweb.ne.jp

5/3 (土)

- 12:00 現地集合
12:30 開会式 オリエンテーション
13:00 第1講演 岡部賢二
「月のリズムでプチ断食」
15:00 産山高原散策
17:00 美肌の湯で温泉タイム
19:00 第2講演 藤野良明
「野菜作りの現場から見えてくるもの」
20:30 懇親会 & 癒しのコンサート
22:00 就寝



5/4 (日)

- 6:00 起床
6:30 ゆるゆる瞑想 河野修一
7:30 梅醤番茶タイム
8:30 第3講演 藤野良明
「食べ物で体が変わる・人生が変わる」
10:00 第4講演 岩田芳之
「えっ！知らなかった。食生活の本当の話」
11:30 パワースポット散策 (押戸石ほか)
美肌の茹で温泉タイム
16:00 自由時間
18:00 第5講演 岡部賢二
「身近な食べ物による手当て法」
20:00 懇親会、玄米甘酒タイム
22:00 就寝



5/5 (月)

- 6:00 起床
6:30 朝の体操
7:30 梅醤番茶タイム
8:30 第6講演 河野修一
「潜在意識と対話して、自分を好きになる方法」
9:45 第7講演 岡部賢二
「心と身体にゆらぎを取り戻す」
11:10 マクロビオティックQ&A
～プチ断食を終えて感じたこと～
12:30 解散

スペシャルゲスト!

チェレステ楽団 ハーブ弾き歌いの太幸陽子、インド太鼓タブラ奏者の太宰敏雄によるユニット。心温まる出会いを求めて、演奏の旅をしている。チェレステとはイタリア語で天空という意味があります。空からの恵みや小さな幸せを紡ぎ、音楽にしています。 <http://celegaku.com/>

河野修一先生の個人セッションが受けられます。
(希望者のみ)

限定4組 (別料金 10,000円/60分)

FAX:092-606-9967

氏名	フリガナ	住所	〒
TEL		FAX	
携帯		E-mail	
交通手段	自家用車 ・ 公共交通機関 ・ 送迎バス希望 (別途 4,500円)		
備考欄			

※お申し込み頂いた方には、後日詳しい案内と振込用紙をお送りいたします。