

“耳・声・からだに どみのワーク”

軽くて動きやすいからだをめざします。「私がベース、私のペース」を尊重します。
筋肉には少しお休みしてもらって、がんばりません。

あなたがこんな風を感じていたら、このワークを試してみませんか？

- (体重ではなく)からだが重いと感じたり、頑張りすぎていると思う
- からだや身体感覚が少し鈍くなっている気がする
- からだとの新しい付き合い方があるなら、試してみたい

日 時: 12月6日(水曜日) 午後5時から6時半

会 場: 蘭結(まゆ) 西武池袋線 富士見台駅南口から徒歩4分
☎ 03-5848-3917

参加費: 2,000 円

アトリエどみの ☆ 鴨下易子&平手小百合

パリで学んだフェルデンクライス・メソッドとトマティス・メソッドを
からだをフィールドに探求しながら教え始めて 25年を超えました。

耳・声・からだの3つの相関関係と、それに関わる環境の影響を
テーマに、観察と実験を重ねて日々楽しく奮闘中。

お申込み: 蘭結(まゆ)へ、又は以下のブログ経由でお願いします。

ブログ <http://officedomino.blog.fc2.com/>

※11月27日のブログに、このワークの説明があります