

フェルデンクライスプラクティショナー・健康運動指導士 湊真里が指導する、  
新たな健康づくりのためのスクール。



自分に合った心地よい動きを見つけることで得られる脳の“気づき”。  
それは、健康、美しさ、そしてより良い毎日への近道です。



横浜山手の閑静な丘の上の  
サロンでワークショップを  
体験してみませんか？



Feldenkrais Academy  
Wise group



ご予約制

フェルデンクライスアカデミーワイズグループ  
**横浜ワークショップ**

脳に働きかけることによって“より自然で質の高い動き”を  
身につけ、心身ともにより良い方向へ導く学習システム。これ  
が、フェルデンクライスメソッドです。フェルデンクライス  
メソッドが掲げる考え方は、ひとこと言えば、“人生をよ  
り素晴らしいものにするための健康づくり”です。

2016年 横浜ワークショップ スケジュール

8/24  
水

9/6  
水

14:00～ 横浜山手ACCサロン

1レッスン：お一人様 ￥2,000(税抜)

会場：横浜市中区山手町170-3 横浜山手ACCサロン

