

秋の京都

指導 DAVID FRANCE

京都市中京区 誓願寺

・セッション1 フリースタイルヨガー

11月27日(土) 9:30~12:00 (受付9:15~)

3,500円

デイビッドと行う自然で機能的な動きのパターンに基づいた、新鮮なフリースタイルヨガ。今回は季節に合わせて、深く内部にあるエネルギー構築に焦点を当て、"ルーツ"である足、腰回り、背骨などを強化していきます。

・セッション2 神経系バランス

11月27日(土) 13:30~17:00

4,500円

神経系を探求し、その要素と組織を区別する感覚を、シンプルで経験的な方法で学びます。神経系要素を融合しバランスを養う方法をダイレクトな方法で自覚していきます。重圧を取り除き、ストレスを和げる方法を学び、スムーズさとバランスのとれた動きを探りながら、適切に穏やかに世界に感応していきます。

・パーティー

11月27日(土)18:30~

La Jolla California Mexican Grille
京都 二条城前駅近く

・プライベートレッスン

11月28日(日)10:00~15:00

レッスンが初めてのお友達と一緒に参加すると、お二人にセッション1では1,000円、セッション2では2,000円の割引を致します。

詳細：<http://slowmotionsomatics.wordpress.com/davids-schedule/ws-intensives-retreats/秋の京都/>

ご予約・お問い合わせは、

kanako@slowmotionsomatics.comまで

秋の京都

指導 DAVID FRANCE

京都市中京区 誓願寺

・セッション1 フリースタイルヨガー

11月27日(土) 9:30~12:00 (受付9:15~)

3,500円

デイビッドと行う自然で機能的な動きのパターンに基づいた、新鮮なフリースタイルヨガ。今回は季節に合わせて、深く内部にあるエネルギー構築に焦点を当て、"ルーツ"である足、腰回り、背骨などを強化していきます。

・セッション2 神経系バランス

11月27日(土) 13:30~17:00

4,500円

神経系を探求し、その要素と組織を区別する感覚を、シンプルで経験的な方法で学びます。神経系要素を融合しバランスを養う方法をダイレクトな方法で自覚していきます。重圧を取り除き、ストレスを和げる方法を学び、スムーズさとバランスのとれた動きを探りながら、適切に穏やかに世界に感応していきます。

・パーティー

11月27日(土)18:30~

La Jolla California Mexican Grille
京都 二条城前駅近く

・プライベートレッスン

11月28日(日)10:00~15:00

レッスンが初めてのお友達と一緒に参加すると、お二人にセッション1では1,000円、セッション2では2,000円の割引を致します。

詳細：<http://slowmotionsomatics.wordpress.com/davids-schedule/ws-intensives-retreats/秋の京都/>

ご予約・お問い合わせは、

kanako@slowmotionsomatics.comまで

秋の京都

指導 DAVID FRANCE

京都市中京区 誓願寺

・セッション1 フリースタイルヨガー

11月27日(土) 9:30~12:00 (受付9:15~)

3,500円

デイビッドと行う自然で機能的な動きのパターンに基づいた、新鮮なフリースタイルヨガ。今回は季節に合わせて、深く内部にあるエネルギー構築に焦点を当て、"ルーツ"である足、腰回り、背骨などを強化していきます。

・セッション2 神経系バランス

11月27日(土) 13:30~17:00

4,500円

神経系を探求し、その要素と組織を区別する感覚を、シンプルで経験的な方法で学びます。神経系要素を融合しバランスを養う方法をダイレクトな方法で自覚していきます。重圧を取り除き、ストレスを和げる方法を学び、スムーズさとバランスのとれた動きを探りながら、適切に穏やかに世界に感応していきます。

・パーティー

11月27日(土)18:30~

La Jolla California Mexican Grille
京都 二条城前駅近く

・プライベートレッスン

11月28日(日)10:00~15:00

レッスンが初めてのお友達と一緒に参加すると、お二人にセッション1では1,000円、セッション2では2,000円の割引を致します。

詳細：<http://slowmotionsomatics.wordpress.com/davids-schedule/ws-intensives-retreats/秋の京都/>

ご予約・お問い合わせは、

kanako@slowmotionsomatics.comまで