

★デューク更家の一番弟子、みのわあい先生が教えます！

e-LogiT.com

# 『体が教えてくれる10のこと』

～自分の体を味方にして仕事をする～



講師：みのわ あい 先生

★プロフィール

●マーケティングアドバイザー、コンサルタント、  
講師・講演業

●ウォーキングのカリスマ デューク更家の一番弟子を経て  
2009年独立。現在、日本レホルム連盟 顧問講師。  
皆様の心と身体の健康づくりのお手伝いのための講座、  
講演講師として活動中。



★ブログ：<http://ameblo.jp/mnw-plan/>  
<http://ameblo.jp/mnw-plan/entry-10472341926.html>

■スケジュール

開催日時：2013年6月11日(火) 13:00～16:00

① 13:00～14:30(座学)

② 20分休憩

③ 14:50～16:00(ボディーワーク／呼吸法)



5. 参加者の皆様へ ～服装のお願い～

♂男性：Tシャツ・ズボン・スニーカー ※スーツもOK

♀女性：Tシャツ・パンツ・スニーカー ※スカートはNG

4. 場所：ハロー貸会議室日本橋人形町

東京都中央区日本橋人形町1-5-12 萬武ビル2階

5. 交通：東京メトロ日比谷線 人形町駅 徒歩1分

都営浅草線 人形町駅 徒歩1分

メトロ半蔵門線 水天宮前駅 徒歩2分

6. 地図：<http://goo.gl/maps/ozFw8>

