

Personal Development Course 45hours 2024

月に一度の金曜日・9時間。

朝から晩まで、アレクサンダー・テクニックをフルで味わう1dayを5ヶ月重ねてみる。

知っているようで知らない自分自身のからだこころを再発見する。あらためて感じる。うごきの可能性を試してみる。自分についての繊細でタフで柔軟なありようを探求する、毎月一日をかけた深い学習を5ヶ月間重ねてゆくことで何が生まれ出るか。ご自身の変化を楽しんでみましょう。

少人数のちいさなクラスです。

とき 5/17, 6/7, 7/5, 9/6, 10/11 金曜日
10:00-13:00 + 14:00-17:00 + 18:30-21:30 (total 9hours×5)

ところ アレクサンダー・アライアンス・ジャパン大阪校

受講費 ¥150,000

対象 アレクサンダー・テクニックを継続して集中して学んでみたい方。
対象の日程全てに参加できる方。
未知への好奇心がある方。

