

「アーユルヴェーダ講演会」のお知らせ



今年もSatvik代表の佐藤真紀子先生をお招きして第6回特別講演会を開催します。今回は眠りについてのお悩みをアーユルヴェーダでまるっと解決します。安眠快眠で健康を目指しましょう！

参加費： 無料/会員 1,000円/一般

★アーユルヴェーダ講演会終了後、ランチタイムを挟み、午後はビギナークラスとアドバンスクラス合同の楽健法踏み合い実習を行います。いつもと違う方との踏み合いは、新しい気づきのチャンスです！

お誘い合せの上、奮ってご参加ください。

午後の参加費 5,000円/会員 6,000円/一般

時間 13時30分～16時30分

持ち物 動きやすい服装、フェイスタオル、飲み物、
昼食（午前・午後続けてご参加の方はご用意ください）



より良い眠りのために アーユルヴェーダ安眠法



よい眠りのために、アーユルヴェーダで出来ることすべてを学びます。
寝つきが悪い、寝てもすぐに目が覚める、寝ている間の痛みやかゆみ、夜間頻尿、
起きてもフレッシュでない、悪夢をみる、昼間の眠気に勝てない……など

2026年

日時

5月16日 土

受付9:45

開始10:00-12:00

会場

東京学院 4階

住所〒101-0061

東京都千代田区神田三崎町3-6-15

最寄駅 JR総武線水道橋駅西口下車1分

Satvik代表

佐藤 真紀子 先生

1998年、師匠であるDr,Sadananda Prabhakar Sardeshmukh博士に出会い、以来数千名の診療に立ち合い臨床経験を重ねる。現在も毎年インド各地の病院での研修を続け、日本への普及発展に尽力し、ご活躍されている。現在、アーユルヴェーダ学会理事

申込〆切：5/14（木）

★お申込みはメールでお願いいたします。

info@rakken.tokyo