

全ての人に笑み(エミ)あふれる人生(ライ)を!



エミ-ライフ通信

毎日更新!
http://blog.d-branch.jp/
ホーメルズはこら!

連絡先 087-843-0662

Vol.1

ディランスタジオ 検索
高松市高松町3012-20

みなさま! はじめまして! ディランスタジオ代表の山本(山本)です。今日は記念お祭「エミ-ライフ通信」第1回
 こんばんは! お便り書くのになんて**人生初**なの? 緊張してしま... 文字もパソコンで直接書いてはダメ! 失敗しないかヒヒヒヒ...
 修正ペンと携帯(辞書あり)片手に頑張ってます(笑) **これから** みなさまに、山本なりの**健康**に対する想いをお届け
 できたら。と思っております。健康、2まじめな人ではないと無理なんじゃない? なんて思われがちですが、そんなこと! ぜんぜんありません!
 だって私なんかに大抵はO型中のO! ←世の中のO型さん。みんなさ。健康、2(まじ)の心は100%がけし「心」手に入らねばなる
 信じてほしい! みなさんの元気をわけてあげたいので、これから**エミ-ライフ通信** 元気に発信です! どうぞこれからよろしくお願
 います!

9月

10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

エミ-ライフは
 仲間を募集しています!
 何が? ニートさん、山本は
 T=Zのレスポンスは毎日...
 何が!! 何せ忙しすぎて!
 なんとZの人は会いにくい!
 なんとZの人の話を
 聞きたい!
 なんと、会社の企画を
 担当して下さる方を募集!
 企画して下さる方が好き!
 プログラムを生かして活動
 したい!
 そんな人を大募集!
 詳細はホームページ
 ディランスタジオ 検索
 一緒に笑顔を届けたい!

ヨ-ガ術学の中から
 毎回テ-で決めたヨ-ガ
 知識がわかるヨ-ガ
 初心者から上級者まで
 対応できるヨ-ガ
 先生が教えるヨ-ガ
 先生が教えるヨ-ガ
 先生が教えるヨ-ガ

心を育てる お寺ヨ-ガ

ランチ ~サト-シ(満足)を知る~
 みなさんはご自分の毎日に満足していませんか?
 足りていない。た。ま。と。心。が。豊。か。で。静。か。な。毎。日。を。送。れ。る。
 の。は。な。い。で。し。よ。か。あ。ー。山。本。も。耳。が。痛。い。...
 今回は天福寺(真言宗)の御住職さまより「法話」を
 いただき、その後、ヨ-ガを行い心を癒やします。日頃の
 疲れを(30分)ほどほぐします。



ヨ-ガ中の「アステ-ヤ」とは、T=T=単に
 物を盗んではダメという事を伝えているのには
 ありません。お寺の心が、怒りや不安、妬み、
 満ちている時、それはお寺の心が、お寺の心は
 時間を盗んではダメというのでは、みんな
 「アステ-ヤ」について考え、要らぬ心をそとへ
 去らせます。今回は真言宗、天福寺で「写経」
 体験も行います。お席もあつたので、希望の方は
 ご連絡下さい。



10月9日(日)
 10:00- 受付
 10:30- 法話聴講
 11:00- ヨ-ガ(初心者向け)
 12:00- ランチ

参加費 お一人様 3,000円
 *二人同時ご参加で 1x2500円
 定員 35名
 申し込み先 087-843-0662 (ディランスタジオ山本)

天福寺 高松市香南町
 岡1077
 高松空港の近くです

10月18日(火)

13:00-15:00 頃 終了予定
内容 ・六萬寺の歴史について
 ・合掌とは? 副住職さま
 ・ヨ-ガ(初心者向け)
 ・写経

参加費 ガス様 2,000円 写経奉納料含む
 定員 15名 申し込み先 087-843-0662 (ディランスタジオ山本)



六萬寺 高松市
 年礼町450番地

体を知らず - 腰痛セシ -



ディランスタジオは四国で唯一認可を受けた(FTP)
 ピラティスアカデミー校です。インストラクターを指導する立場から
 深い知識を持つ参加者に指導してより定期的な勉強会を
 開催しています。今回は、一般の方も参加しやす
 テ-で身近な「腰痛」にシメテ、腰痛でお悩みの方、
 一緒に1年分を深く勉強してませんか? 腰痛の
 メカニズムを知り、痛みや辛い毎日をおどします!

10月23日(日) (場所) ディランスタジオ

腰部脊髄管狭窄症にシメテ 12:30~14:00 5,500円
 腰部ヘルニアにシメテ 14:10~15:40 5,500円
 *両方参加で 9,900円

講師 理学療法士 太田智也 先生 (東かがわ市阪本病院)

- 山本出張スタジオ
- 1/2 花園コモン 知識あり
- 1/8 西坊(丸亀) お寺の歴史
- 1/26 田井幼稚園 お寺の歴史
- 1/10 東かがわ市水戸教皇 体育の日
- 1/2 庵治小学校 3歳児の音楽
- 10/17 花園コモン
- お礼

11月からはピラティスインストラクター養成も始まります!
 方々にお申し込みの件について... インストラクターを育てる
 ことには山本は身がひびき思っています。ディランスタジオの想い
 30人の人への2. 30人の人が笑みあふれる人生で
 いっぱい笑ってください!

予告 12/23~24 ヨ-ガでクリスマス合宿
 東かがわ市の農家に泊まりながらヨ-ガ合宿!
 新鮮な食材も、お寺の静けさ、お寺の料理、お寺の
 朝ごはん... 30人今から楽しみに! 詳細はvol.2の案内
 欄に!