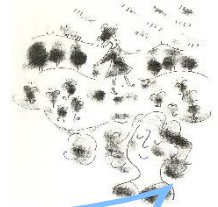


体験してみませんか～

# 「自律訓練法」



日 程：4月28日（日）

時 間：10：00～12：00

会 場：ココプラザ 701

定 員：15名 *どなたでもご参加いただけます。*

受講料：¥3,000（税・資料込み）

**自律訓練法**は、言葉と意識によって潜在意識に働きかけ、ゆったりした心と体の状態を得ることができるリラクセス法の一つです。

意識を中心にして体をコントロールする方法を修得することは、自分自身をよりよく知り、コントロールするために非常に有効です。

また、相手の緊張をほぐす技術は、相手によりよい影響力を与えるために有効です。まずは一度体験してみませんか～

**緊張しやすい方・深いリラクセスを得たい方～にお勧め～！**

お申込みは下記へメールしてください。

[t.kishimoto@business-rapport.org](mailto:t.kishimoto@business-rapport.org)

<http://taca-business-rapport.org>

株式会社ビジネスラポール 岸本 隆子