

拡大版 仕事帰りのリトリートのご案内



プレミアムフライデー

次回は、ゲンキ還元プロジェクトとメディシンのヘルスケアコンテンツ avant-mèdic academy(アヴァンメディックアカデミー)による【拡大版】のプログラムをお届けします。お誘い合わせのうえ、ご参加ください。

2017年3月31日(金) 18:00~(予定)

ベストセラー『なぜ、一流の人は「疲れ」を翌日に持ち越さないのか』をもとに、一流の人の「疲れの回復法」をテーマに、裴英洙先生のほか、睡眠の専門家、ヨガ講師、理学療法士でパーソナルトレーナーが登壇。テーマは「疲れの回復法」。多くのワーカーが問題意識を持っている「疲れ」を知り、常に最大限のパフォーマンスを発揮するためにどんな習慣や工夫が必要かを学びます。

会場： 乳房再建センタービル(東京メトロ半蔵門駅から徒歩4分)

参加費：セミナーのみ 3,000円

交流会のみ 5,000円

セミナー+交流会 7,000円 ※当日、会場にて現金精算させていただきます

講師：

裴 英洙先生



金沢大学医学部卒業、金沢大学大学院医学研究科修了、慶應義塾大学大学院経営管理研究科(慶應ビジネス・スクール)修了、2008年フランスグランゼコールESSEC大学院留学。現在は、多数の医療機関の経営支援、医療系ベンチャーの経営支援業務、ヘルスケア企業の医学アドバイザー業務などを行っている。著書に『なぜ、一流の人は疲れを翌日に持ち越さないのか』(ダイヤモンド社)などがある。

安達 直美先生

株式会社エスアンドエーソシエーツ 取締役 常務執行役員 COO、上級睡眠改善インストラクター。著書に『美人をつくる「眠り」のレッスン』(KADOKAWA/中経出版)がある。

今村 翠先生

ヨガ講師。インドSri Aurobindo Ashram認定養成講座卒業、全米ヨガライアンスRYT200認定。「ヨガをいつも身边に」をモットーに、インドで経験した“誰もが、いつでも、どこでも、いつまでも行えるヨガ”的提供を目指しYogamarakata主宰。

福田 潤先生

パーソナルトレーナー・理学療法士・ライフクリエーター。医療知識と治療技術をもつパーソナルトレーナーとして、アスリートから高齢者まで幅広い層にクライエントを持つトレーナーとして活動中。

※プログラムは変更になる可能性があります

お申し込み

詳細はメルマガ、ゲンキ還元プロジェクトサイト(<https://genkikangen.com/>)の「Event」ページでお知らせします。プロジェクトサイトは会員制ですが、メールアドレスだけで登録(無料)できます!

ゲンキ還元



交流会は同じビルの1階「ケンコウバル サルー」にて開催

セミナーの後は、様々な分野の方々との出会いが好評な交流会です。特別編の今回は、ご近所大使館や美食家にも評判の「ケンコウバル・サルー」竹内シェフが、小豆島リトリートツアーで大好評だったケンコウ料理とドリンクをお楽しみいただける特別メニューでお迎えします。さらに、ご希望の方には5分間のPRタイムを設ける予定です!

<http://www.nagumo.biz/salud/>



※写真はイメージ

細胞、カラダ、ココロに!
ゲンキ還元
プロジェクト

お問い合わせ

ゲンキ還元プロジェクト運営事務局 株式会社メディシン
MAIL:info_genkikangen@medithink.co.jp

avant-mèdic academy

a²