

～凛とした素敵な女性になる～ 輝きエッセンス



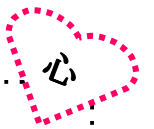
あなたは自分のことが好きですか♪
わたしたちは心のどこかで“自分らしく輝いて生きたい”と感じながら毎日を過ごしています。
その感じ方や求める情報は20代・30代・40代と世代によっても変化しているのではないのでしょうか。
あなたは、輝くための準備をしていますか？ほんちよっただけ、自分のための時間を作りませんか。

ティアラクラブが提供したいのは・・・

大切な時間の中で、自分のからだ対話し、自分のところを見つめ、成長するための知恵を身につける**自分をもっと好きになるための“からだ・こころ・知性のコミュニケーション術”**の数々です。
毎回、一流の講師陣の方々をお招きして「輝き方のエッセンス」を伝授していただきます。



《 11月の担当講師のご紹介 》



瀬川 文子 氏

(株)Feel Communication トレーナー
サークル「らくちん気功」主宰
親業シニアインストラクター

- * 東洋医学の考え方の基本「陰陽五行」と気功の歴史と簡単瞑想
- * 音楽に合わせて短時間でできる「らくちん気功」

今回のテーマ：自分らしさのリラックス法（心と体を癒す気功）

今回は弊社トレーナーでもある瀬川が、15年間に渡り自身のライフスタイルとして取り入れている気功法を大公開。結婚のためJALのCAを退職。その後、子育てによるストレスをため込んでいた時に、友人に誘われたことがきっかけとなり始めた気功のおかげで、ストレスや悩みに動じない自分が出来上がり、疲れにくい体と気力の充実を実感したといいます。女性が生き生き活動するために日々の体作りはとても大切です。そこで、日常に簡単に取り入れられる瀬川講師オリジナル「らくちん気功」にどうぞご期待下さい。 From桐生



桐生純子 (株) Feel Communication 代表取締役 ・ キャリアコミュニケーショントレーナー

自分の人生にかかわる人と、より良いコミュニケーションを取れるようになると仕事も恋も生き方も自分の思いが叶う幸せのサイクルがまわりはじめます。
ティアラクラブは“自分らしく輝いて生きたい”と願う女性の応援部です。

テーマ：愛される人になるための言葉以外のコミュニケーション
立ち振る舞い・正しい名刺交換・美しいお辞儀の仕方など



- *日 時： 2008年11月8日(土) 13:30～16:30
 - *会 場： 女性と仕事の未来館・4階第1セミナー室
 - *人 数： 女性限定 20名
 - *受講料： ティアラクラブ会員・・・6,000円 ・ 一般・・・8,000円
- *年会費(2年間有効) 3,000円をお支払い頂くことで、その回から会員価格で受講できます。

企画・運営 (株) Feel Communication ☆ ティアラクラブ
お申込・詳細はHP <http://www.fcommu.net> にて公開中
*当日、会場へのお問い合わせはご遠慮下さい。

