



# 秋のワークショップのお誘い

～ 津田 美佳 講師より～

\*\*\*\*\*

## 山寺ワークショップ ～秋風の中で心とからだの声を聴く～

\*\*\*\*\*

10月の三連休に、秩父の美しい自然に囲まれた山寺で、リトリート・ワークショップが開催されます。今回は、海外で各モダリティ(アート、ドラマ、ダンス、ミュージック/表現アーツ)の専門トレーニングを経て、現在、日本国内の心理臨床現場で実践しているセラピスト4名が講師となります。素晴らしい3日間になると思います。みなさまと豊かな時間をゆっくり一緒にすることができれば嬉しく思います。是非ご参加ください。

【詳細】この宿泊プログラムは、日常から少し距離を置き、今の自分の心やからだの声に耳を澄まし、自分のメンテナンスをする機会を提供するものです。アートや音楽、ムーブメントといった表現媒体の力を借り、誰の中にもある創造性の扉を開き、ボディワークや座禅で心身の静けさと心地よさを味わいながら、「今」の自分を感じてみませんか？

日程 2009年10月10日(土)・11日(日)・12日(祝)

宿泊 太陽寺(〒369-1901 埼玉県秩父市大滝 459 [www.taiyoji.com](http://www.taiyoji.com))

定員 20名(先着順)

参加費 42,000円 早割り料金 38,000円(8月27日までにお申込、23000円を指定口座入金の場合)

(内訳 宿泊・全食事代:15000円(当日現地精算)全てのワークショップ・プログラムの参加・材料費27000円)

ファシリテーター

海外の専門機関にてクリエイティブ・アーツ・セラピーのトレーニングを受け、日本の心理臨床現場にて実践している専門家4名他

お申込み・お問合せ [info@apconcept.jp](mailto:info@apconcept.jp)まで



### ++ プログラム(仮) ++

[1日目] 午後: イントロプログラム「今の自分をチェックする」  
夜 : ナイトプログラム「メディテーション: 音の世界の中で」

[2日目] 朝 : 座禅  
午前: ジャイロキネシス「Body awakening! 眠ったからだを覚醒させよう」  
午後: アートプログラム「自分の分身と出会う」  
夜 : ナイトプログラム「メディテーション: 灯火に揺られて」

[3日目] 朝 : 座禅  
午前: ダンス/ムーブメントプログラム「からだの声を聴く」  
詳しくは [www.apconcept.jp](http://www.apconcept.jp) をご覧ください。

