

酵素断食へ行ってきましたおへ



2/20(土), 21(日)に えこわいず村主催の酵素断食セミナーへ行きました。お天気も良く、とっても楽しいセミナー(旅行)でした。参加された方のほとんどが初めての断食ということで、初めは不安そうでしたが、最後は、「簡単にできた!!」と自信に満ちたお顔(断食明けでお肌もピカピカ♪)でした。そんな参加された方の感想です。

参加のきっかけ



- いつも食べすぎているから。
- 自分1人ではできないと思ったから。
- 講義がたくさんあり、この内容で18000円は安い!!と思ったから。
- 指導者のもとでやってみたかったから。
- 食生活を見直すきっかけになれば...と思い。

参加しての感想



- しっかりした説明があり安心できた。
- 酵素のおかげで全然おなかがすかなかった。
- 講義がどれもためになるもので勉強になった。
- 場所が良かった(景色も温泉)
- 酵素飲み放題、うめほう番茶、てっかみそなど使い放題で何とお得!!と思った。

安心して、おなかもすかず楽しくできたようで良かったです。講義も盛りだくさん!! 楽しかったです。



白石先生による笑いヨガ

笑うことで「免疫が上がるんです!!」はじめはちょっとはずかしいけど、みんな大笑い。体もホカホカ♪



近藤先生による講義「酵素断食で若返り」

みなさんとても真剣!! その後は、手技療法で体のつまりをとってもらい、皆さ「気持ちいい!!」と言っていました。

お風呂から一面に広がる海はとってもキレイ♪ お肌もツルツルになりました。

湯村先生による講義

「本物の大地の恵みをいただく」玄米甘酒を飲みながらゆくり畳の部屋で講義を聞いてもらいました。

寝る前の自力整体は、みなさんとても気持ち良かったようです。体のコリ、つまりを自分の体でほくしていく。肩コリもスッキリ♪ 途中自分の世界に入ってしまう(白石先生の声でそうなる、ちゃうんです...ステキ)気づいた時、「ここはどこ?」状態に... (笑)とても癒されました。

海からのほろ朝日もすごくキレイでした。



朝日を浴びながら瞑想



補助整体



臨死体験しちゃう。ふわり、貴重な体験...

佐々木先生による講義「肝・腎・要の身体浄化 五行のはなし。水滞のはなし。腎のはなし。どれもみなさんためになつたと言われました。



えこわいずグループ代表 中村英隆による「塩と水のはなし」

いい塩は積極的にとる。水のとりすぎは「ため」などビックリされた方もいたようです。まき塩もしました。



回復食「すごくおいしい」と大好評!! ャッター♪

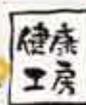


最後にパクリ。みんないい顔。



帰りには角島へよりました。サワッ♪

今回、参加してくれた方々、どうもありがとうございました!! 私も次の日には宿便が出て、顔のむくみがとれてすごく体が軽くなりました。やり方もわかって頂けたと思うので、これから家でもやっていきたいと思います。また企画したいと思っているので今回参加された方も、参加できなかった方もまた一緒にしましょうネ!



えこわいず村

093-617-2444