

講師プロフィール

(株)広和コミュニティ 取締役社長

かまたま さみ

鎌田真正美

呼吸トレーナー指導歴 15年 累計6万人指導



呼吸を深めて、心も体も真の健康に

東洋医学の観点から、病の根本解決には、呼吸の見直しが必要であること、気の流れを整える大切さを伝えている。

【呼吸を深める気の体操】は“呼吸”の持つ自然治癒力を体感できます

ネイティブアメリカンの聖地セドナやニュージーランドのマウリ族の聖地、アジア各地でのヒーリングスポットでの修行を経て、冷え性、便秘、頭痛、眩暈、アトピー、など様々な不定愁訴だけではなく、女性特有の悩み、夫婦や親子の関係、仕事上の問題など心身や生活、人生の根本的な解決をした経験をシェアし、丹田呼吸を体感体得できるように案内することを得意とする。

これまでも 丹田呼吸、マインドフルネス瞑想、姿勢改善などをパーソナルトレーニング、企業の社員教育研修、(公財)広島市文化財団 公民館、広島少年院、PTA 講演会親子、保育園職員研修、社会福祉協議会 民生委員研修など老若男女問わず伝えながら、丹田呼吸の希望に参加者から賞賛をいただく日々を過ごす。

パーソナルから 200名まで対応

健康経営、社員研修、正しい呼吸は一生の財産

頭痛、腰痛、膝痛改善 不眠改善

慢性疲労改善、集中力アップ

人間関係改善、体温アップ、自分の心と身体
の状態を知り、自己管理能力を高める

企業研修 1講座⇒ 60分間

テーマ内容は応相談

代表者様サンプルレッスン付き

パーソナルトレーニング

1回 60分

目標設定にむけて伴走させていただきます

自分の力で、血流を良くしませんか？

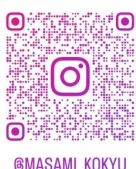
まずは自分の体を分かってあげることから
始まります。

～心と身体が整う呼吸を体感体得しましょう～

身体が楽になった！呼吸が改善した！癒された！



Instagram



@MASAMI_KOKYU

Facebook

