

ハグモミ

ハグモミさんになろう講座／東京4期 募集要項

主旨：「ハグモミ」のワークショップを開催することができるインストラクター「ハグモミさん」を養成する

参加条件：マッサージ、ヨガ、セラピストなど、ボディワークを学んでいる、または仕事にしている方
ハグモミのコンセプトに賛同していただける方

内容：ハグモミの伝え方

ハグモミの実技と応用

ハグモミのワークショップのすすめかた

ケーススタディ

日時：1/14、1/28（土曜日） 13:00-18:00（お昼休憩なし、小休憩含む）

会場：代官山 asu <http://e-asu.jp> 代官山駅徒歩4分、渋谷駅新南口徒歩10分

もちもの：バスタオルまたはヨガマット／水分補給できるもの／マッサージしやすい、されやすいリラックスウェア

受講料：30,000円 修了証発行

お申し込み：info@hugmomi.net へお申し込みください ※受講料前払い

講師：手島渚

2002年にセラピストとしてキャリアをスタート。

2010年青山に「whole treat」をコンセプトにかかげるボディトリートメント&セラピーサロンをオープン。海外セレブや舞台俳優、アーティストらの高い要求に応えて好評を博す。人間の手のぬくもりを自然の一部と捉え、都市に生活する人々の身体と心の根源的なケアをコンセプトに家庭内で簡単に楽しく実施できる「ハグモミプロジェクト」<http://hugmomi.net>を主宰。

子育て関連NPOの企画や小学校イベントでの講師をつとめる。

9月末に原宿vacantにて、ecocoloと「ハグモミ」のコラボイベントを実施。

「アースデー東京」「ap bank fes」「いいお産の日in青山」「音泉温楽」「Direct MIUsical」ほか、イベントやフェスなどに多数参加。「日本口マンチスト協会女子部」「発酵女子部」「LOVE&COMMUNICATION」立ち上げメンバー。現在3331arts CHIYODA内superschoolで開講中の「whole treat-すこやかからだ塾-」にて講師をつとめる。

☆ハグモミとは?

ハグモミとは…

「ハグするようにモミモミする」をコンセプトにしたタッチ&コミュニケーション術。

「たのしく、かんたん」に、お互いのカラダのほぐしあいができます。

カラダの知識を深くするというより、楽しさや気軽さといった習慣化することを主な目的にしています。

☆実績／期待できる効果…

- カラダの組織への自然な理解と関心
- 愛情などの表現ツール
- コミュニケーションを活性
- カラダケア（主に筋肉、神経伝達など）
- 皮膚感覚受容体刺激による脳活性



☆ハグモミさんはこんなことができます

ハグモミのワークショップを自分で開催できます

ハグモミプロジェクトが行うイベントに講師やゲスト、サポーターとして参加していただけます

ハグモミさん同士の交流会も開催!ボディーワーカー同士交流を深め、情報や技術交換に役立てられます

ハグモミを通じてご自身の活動をもっと多くの方へ PR する機会をつくれます

※ボディーワークを履修していないかたは

手島渚主宰 Treatment at home network <http://than.jp> 、または SHIHO 主宰 honoto <http://honoto.net> で開催している各種ボディーワーク講座とあわせての受講をおすすめいたします。

whole treat オイルトリートメント&セラピー講座 <http://www.tahn.jp/private-lesson/> (TahN)

honoto トリートメントレッスンおといあわせ <http://honoto.net>