

大阪教室 スケジュール

開催が急遽変更となる場合がございます。そのような場合にご連絡できるように、事前に必ずご予約ください。
携帯電話ご持参の方で、教室に電話番号やメールアドレスをお伝えいただいている方は、お教えてください。

※ ★がついているところは、通常の講座時間と異なっております。ご注意ください。

※ 当日ご予約・キャンセルの場合は、お電話ください。（フリーダイヤル ☎ 0120-37-8843）

＜お知らせ＞ 地下鉄御堂筋線 中津駅3番出口は工事のため、中津駅4番出口をご利用下さい。（4番出口を出てすぐ右折）

● 2019年4月

	午前	午後	夜
1日 月	定休日		
2日 火			3時間) 19-22
3日 水		3時間) 13:30-16:30	
4日 木		速読初級14:00-15:30	<体験> 18:30-20:00
5日 金	-	-	-
6日 土	1DAY) 10-18		
7日 日	3時間) 10-13	速読初級15:00-16:30	
8日 月	定休日		
9日 火			3時間) 19-22
10日 水		3時間) 13:30-16:30	
11日 木		速読初級14:00-15:30	
12日 金	-	-	-
13日 土	1DAY) 10-18		
14日 日	3時間) 10-13	速読初級15:00-16:30	
15日 月	定休日		
16日 火			3時間) 19-22
17日 水		3時間) 13:30-16:30	
18日 木		<体験> 14:00-15:30	
19日 金	-	-	-
20日 土	*3時間) 10-13	*速読初級15:00-16:30	
21日 日	休講	[初回講座] 13:30-17:30	
22日 月	定休日		
23日 火			3時間) 19-22
24日 水		3時間) 13:30-16:30	
25日 木		速読初級14:00-15:30	
26日 金	-	-	-
27日 土	1DAY) 10-18		
28日 日	3時間) 10-13	速読初級15:00-16:30	
29日 月	定休日		
30日 火	休講		

■ 佐々木豊文による速読講座について■

※ 5月より、佐々木豊文による速読の講座を大阪でも開講します。
期間限定で行う「要点演習 2時間」=2pointと、「3時間トレーニング」です。
速読脳開発プログラムの開発者本人から、訓練に大切なポイントを直接
教われる貴重な機会です。ぜひ、このチャンスをご利用下さい。

■ 速読合宿について■

※ 4月26日(金)20:00~29日(月祝)18:00に千葉クリアビューホテルにて
速読合宿を開催致します。参加費は135,000円です。
保有の受講ポイントを5ポイントまでご使用いただけます。
ご使用の場合、1ポイント2,750円で計算し、差額分をお支払い下さい。

■ 視力回復講座(大阪)について■

6月1日(土)、2日(日)は視力回復講座を開講予定です。詳細はHPに掲載。

大阪教室の所在地

〒531-0072 大阪市北区豊崎3丁目6-8 TOビル3階
最寄り駅

地下鉄御堂筋線 中津駅より徒歩 3分
4番出口を出て右方向すぐの道を右折 (注)3番出口は封鎖中
阪急電鉄 梅田駅 茶屋町口より 徒歩 10分
JR 大阪駅 御堂筋口より 徒歩 15分

● 2019年5月

	午前	午後	夜
1日 水	休講		
2日 木	要点演習 姿勢) 佐10-12	要点演習 基訓) 佐13:30-15:30	要点演習 EFG) 佐16-18
3日 金	1DAY) 10-18		
4日 土	1DAY) 10-18		
5日 日	3時間) 10-13	速読初級15:00-16:30	
6日 月	定休日		
7日 火			休講
8日 水		3時間) 13:30-16:30	
9日 木		速読初級14:00-15:30	
10日 金	-	-	-
11日 土	<体験> 10:30-12:00	[初回講座] 13:30-17:30	
12日 日	3時間) 10-13	速読初級15:00-16:30	
13日 月	定休日		
14日 火			3時間) 19-22
15日 水		3時間) 13:30-16:30	
16日 木		速読初級14:00-15:30	
17日 金	-	-	-
18日 土	要点演習 呼吸) 佐10-12	3時間) 佐13:30-16:30	※呼吸法は定員8名です。
19日 日	休講	*3時間) 13:30-16:30	
20日 月	定休日		
21日 火			3時間) 19-22
22日 水		3時間) 13:30-16:30	
23日 木		<体験> 14:00-15:30	
24日 金	-	-	-
25日 土	1DAY) 10-18		
26日 日	休講	速読初級15:00-16:30	
27日 月	定休日		
28日 火			3時間) 19-22
29日 水		3時間) 13:30-16:30	
30日 木		速読初級14:00-15:30	
31日 金	-	-	-





要点演習講座 開催によせて

「自分では言われた通りに訓練しているつもりだけど、これでいいのだろうか?」と思ったことはありませんか?あるいは「そんな見え方できるわけないんだから、この見方でいいんだろう」と、自己流の判断をしてみませんか?言うまでもありませんが、このような疑問を持ちながらの訓練は、深く集中することができず、伸びも今ひとつになってしまいます。

今回の「要点演習講座」は、そのような疑問を解消し、訓練の鎮まりや集中を深くし、伸びを促進してほしいと思い、初めて企画した特別講座です。どの講座でもそれぞれポイントをつかんでいただけるよう、出来るだけ一人一人チェックしていきます。

基本的にBクラスの方対象ですが、Cクラスの方にも役立つ内容があると思います。

8テーマの講座を開催しますので、ご自分に必要な講座を選択してご受講ください。

約2ヶ月間の特別企画です。この機会にしっかり基礎を固め、7月以降の伸びにつなげていただくことを意図しています。万障繰り合わせてご参加ください。< 佐々木豊文 >

B. 訓練姿勢と鎮まり集中の徹底演習

訓練姿勢がとても重要なことはご存知の通りです。姿勢ひとつで、集中も鎮まりも決まってしまうほどです。しかし、現代の学校教育には姿勢教育がありませんし、職場でもパソコンを使うようになってますます姿勢は崩れてしまいました。私たちは、「速読脳」トレーニングのためだけでなく、健康や集中力を向上させるために、まず姿勢を確立する必要があります。

この講座では、闘牛姿勢のポイント、椅子の座り方、書見台の使い方などを解説し、一人一人チェックします。そしてさらに、中心注視を通して鎮まり集中を体感し、ページめくりや導入訓練で鎮まりを保つ練習を行います。

G. EFGトレーニング演習

「テストの花道～ニューベンゼミ～」で、視聴者も番組制作スタッフも驚くほどの効果を引き出した「EFGトレーニング」。このトレーニングには、読書力を開発し、速度を上げるための要点が詰まっています。けど、ポイントを押さえてトレーニングをしなくてはダメ!

この講座では、まず、「EFGトレーニング」の仕方を詳しく解説し、正しくできているかどうか一人一人チェックし、次に、「EFGトレーニング」を繰り返します。さらに、参加者の伸びに応じて、訓練を「EFGトレーニング①」から「EFGトレーニング②」へ、さらに「EFGトレーニング③」へと、レベルアップしていきます。

さあ、「EFGトレーニング」の正しいやり方を身につけて、四読を伸ばそう!

「縦書き教本」を持ってご参加ください。

F. 「基本訓練」徹底演習

基本という言葉がついているのですから、「基本訓練」は絶対重要なはず。実際、この訓練だけで、理解力や速度が向上するのです。しかし、どんな訓練でもそうであるように、取り組み方が違っていると、なかなかその効果を引き出せません。受賞者たちが、なぜ、最も大切な訓練と断言するのか、その意味もわからないで終わってしまいます。

この講座では、二分法から流動法まで「基本訓練」の方法を復習&解説し、「集中度5」のトレーニングができるよう実習をします。「シフティング徹底演習」講座と合わせてご受講されることをお勧めします。

D. 呼吸法演習

息は生きるに通じています。息を整えることで、気持ちが落ち着き、健康になり、能力がUPします。丹田呼吸はそのために行なっているのですが、丹田のある下腹が動いていない方は、意外と多いもの。その結果、下腹の臓器に疾病が生じてしまったり、五臓六腑が不活発で疲れやすかったり、気が上がりがちだったりします。

これらは「速読脳」の開発にも、日常の元気にも、仕事の効率にもマイナスです。

そこで、この講座では、お腹を動きを一人一人チェックし、下腹を動かすことから始め、丹田呼吸の練習を、順式から逆式へと進めていきます。

呼吸がいまひとつと感じている方、全員集合!

一人一人チェックするので、定員8名です。

できればヨガマットをお持ちになってください。

[内容]

- ① 丹田呼吸法の復習
- ② お腹の動きを個別チェック
- ③ 下腹を動かす
- ④ 順式丹田呼吸法
- ⑤ 逆式丹田呼吸法

※水色枠=5/2開催、オレンジ枠=5/18開催