

峯岸道子
プロデュース

Michiko Style Yoga

多種多様なオリジナリティ溢れる峯岸の手法は、

『Yoga is for everyone!』

を礎に発想される峯岸のメソッドたち。

これらを常に正しくアップデートさせ、より有効活用していただくため、

そしてそれらを指導される方たちのサポートとフォローを

全国漏れなく進めていくことがMSY協会の使命です。

『目の前に来てくれる全ての人の役に立つ指導をするということ』

2019年 1月～6月スケジュール(一部年間予定あり)



セラピーからトレーニングまで
老若男女に役立つ魔法の棒

ヨガ棒

●ワークショップ

1/19(土) ⇒ 15:00-17:00

3/9(土)・4/6(土)・6/29(土)・

7/20(土) ⇒ 14:30-16:30

私たちのこころと体の中心となる
背骨を緩めて気持ちよくしましょう～

背骨メンテナンス

●ワークショップ

1/27(日) 13:00-15:00

3/16(土) 14:30-16:30

●指導者養成講座

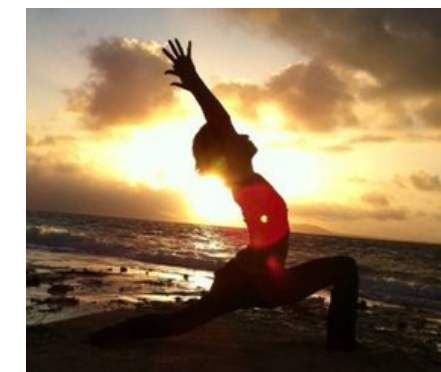
5/18(土)～19(日)

10:00-17:00(予定)



Michiko Style Yoga Flow

下記ワークショップは全て同じ料金です。¥3,700(税別)/1講座
開催地は、BMJスタジオ@横浜 (最寄り JR桜木町)



峯岸先生考案のメソッドの集大成!
すべてが詰まった決定版のフロー

●ワークショップ

1/19(土) 12:30-14:30

筋膜走行を活かすMSY Flow

2/9(土) 14:30-16:30

肩・肩甲骨の操作を活かすMSY Flow

2/23(土) 14:30-16:30

坐骨股関節操作を活かすMSY Flow

3/2(土) 14:30-16:30

背骨を自由にするMSY Flow

5/11(土) 14:30-16:30

肩・肩甲骨の操作を活かすMSY Flow

6/15(土) 14:30-16:30

筋膜走行を活かすMSY Flow

●指導者養成講座

7/6(土)～8(月) 10:00-17:00

MSYメソッド 講座

峯岸先生考案のメソッドはまだまだまだあります!
そして、これからも益々進化していきます!

★坐骨から導く股関節操作 1 Day講座 4/7(日) 13:00-17:00

★筋膜走行をを活かすYoga 第1回: 18/12/9(日)<基礎>13:00-18:30

2/11(月祝)<応用>10:30-13:30

第2回: 9/8(日)<基礎>13:00-18:30

11/10(日)<応用>13:00-16:00

アドバンス講座@横浜

★肩甲骨ヨガ②は2/11 14:00～

※前回(18/9/17)参加者向けの講座となります。

★肩甲骨ヨガ、ヨガ棒、背骨メンテナンス
の講座を9/13, 14の2日間で開催予定!

MSYメソッド 各種WS@関西

★MSYF～アンチエイジングの為の処方～WS

2/2(土) @Tamisa 京都

★背中美人・肩甲骨ヨガ WS by道子先生

2/3(日) @Aerial Yoga Studio Apple

※それぞれのスタジオHPご参照ください。

料金等の詳細は、
お問合せください



Michiko Style Yoga



January		February		March		April		May		June	
1 Tue		1 Fri		1 Fri		1 Mon		1 Wed		1 Sat	
2 Wed		2 Sat		2 Sat	MSY WS@BMY横浜	2 Tue		2 Thu		2 Sun	
3 Thu		3 Sun		3 Sun	14:30-16:30 MSYF背骨操作を活かすWS	3 Wed		3 Fri		3 Mon	
4 Fri		4 Mon		4 Mon		4 Thu		4 Sat		4 Tue	
5 Sat		5 Tue		5 Tue		5 Fri	14:30-16:30	5 Sun		5 Wed	
6 Sun		6 Wed		6 Wed		6 Sat	ヨガ棒WS@BMY横浜	6 Mon		6 Thu	AYC2019 @香港
7 Mon		7 Thu		7 Thu		7 Sun	坐骨1Day講座@BMY横浜	7 Tue		7 Fri	
8 Tue		8 Fri	14:30-16:30 肩、肩甲骨操作を活かすWS	8 Fri	14:30-16:30	8 Mon	13:00-17:00	8 Wed		8 Sat	
9 Wed		9 Sat	MSFWS@BMY横浜	9 Sat	ヨガ棒WS@BMY横浜	9 Tue		9 Thu		9 Sun	
10 Thu		10 Sun		10 Sun	★フォローアップ講座@大阪★	10 Wed		10 Fri		10 Mon	
11 Fri		11 Mon	筋膜応用編/アドバンス講座	11 Mon		11 Thu		11 Sat	MSFWS@BMY横浜	11 Tue	
12 Sat		12 Tue		12 Tue		12 Fri	ヨガ棒	12 Sun	14:30-16:30 MSYF肩甲骨操作を活かすWS	12 Wed	
13 Sun		13 Wed	10:30-13:30 筋膜走行 応用編 14:00- 肩甲骨ヨガ@アドバンス講座	13 Wed		13 Sat	@シンガポール 4/12-4/14	13 Mon		13 Thu	14:30-16:30 MSYF筋膜走行を活かすWS
14 Mon		14 Thu		14 Thu	14:30-16:30	14 Sun		14 Tue		14 Fri	
15 Tue		15 Fri		15 Fri		15 Mon		15 Wed		15 Sat	MSFWS@BMY横浜
16 Wed	MSYF筋膜走行を活かすWS 12:30-14:30 ヨガ棒WS 15:00-17:00	16 Sat	肩甲骨ヨガ@TT @大阪 ヨガジェネレーション主催	16 Sat	背骨WS@BMY横浜	16 Tue		16 Thu		16 Sun	
17 Thu		17 Sun		17 Sun		17 Wed		17 Fri		17 Mon	
18 Fri		18 Mon		18 Mon		18 Thu		18 Sat	背骨メンテナンスTT @BMY横浜	18 Tue	
19 Sat	MSFWS@ヨガ棒@BMY横浜	19 Tue		19 Tue		19 Fri		19 Sun		19 Wed	
20 Sun		20 Wed		20 Wed		20 Sat		20 Mon		20 Thu	
21 Mon		21 Thu		21 Thu		21 Sun		21 Tue		21 Fri	
22 Tue		22 Fri	14:30-16:30 坐骨股関節操作を活かすWS	22 Fri		22 Mon		22 Wed		22 Sat	肩甲骨ヨガ@TT @BMY ヨガジェネレーション主催
23 Wed		23 Sat	MSFWS@BMY横浜	23 Sat	Bali Retreat 2019	23 Tue		23 Thu		23 Sun	
24 Thu		24 Sun		24 Sun		24 Wed		24 Fri		24 Mon	
25 Fri		25 Mon		25 Mon		25 Thu		25 Sat		25 Tue	
26 Sat	13:00-15:00	26 Tue		26 Tue		26 Fri	ヨガ棒TTWS @香港 4/25-4/28	26 Sun		26 Wed	
27 Sun	背骨WS@BMY横浜	27 Wed		27 Wed		27 Sat		27 Mon		27 Thu	
28 Mon		28 Thu		28 Thu		28 Sun		28 Tue		28 Fri	14:30-16:30
29 Tue				29 Fri		29 Mon		29 Wed		29 Sat	ヨガ棒WS@BMY横浜
30 Wed				30 Sat		30 Tue		30 Thu		30 Sun	
31 Thu				31 Sun				31 Fri			

講座の受講をご希望の場合は、下記内容を明記の上、メールでお申し込みください。
 ①お名前 (漢字・ローマ字表記)
 ②ご連絡先 (携帯電話番号など)
 ③メールアドレス (PCから受け取り可能なもの)
 ④受講希望のWS/TT名 (〇月〇日の****WS/TT 等)
 ⑤その他ご質問やご希望があればこちらへお願いします。

★指導者のための勉強会
 ヨガジェネレーションさん 1/13, 14の2日間@BMYスタジオ(横浜) 1/20, 21の2日間@大阪
 ★肩甲骨ヨガTT講座 2/16~18@ヨガアカデミー大阪 6/22~24@おけすみ川祐天寺
 ★肩甲骨ヨガWS 2/24(日)・3/18(月)・5/3(祝金) ※詳細はヨガジェネレーションHPでご確認ください。

entry.michiko.style.yoga@gmail.com

Michiko Style Yoga

MICHIKO STYLE YOGA協会及びメンバーに関しては、こちらのSNSからもご覧いただけます♪

Michiko Style Yoga
 協会 Michiko Style
 ヨガ協会 Michiko's

 HP
<http://michikostyle.com/>

MSY・Instagram

 instagram
<https://www.instagram.com/michikostyleyoga/>

MSY・Facebook

 Facebook
<https://www.facebook.com/michikostyleyoga/>

course ws entry MSY

 講座お申込
entry.michiko.style.yoga@gmail.com

information MSY

 お問い合わせなど
info.michiko.style.yoga@gmail.com

