

席数限定
特別無料

図解化フェス② 心と体の美しさ編

自分を後回しに
してきたあなたへ

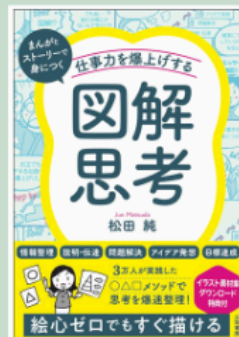
自分史上、最高の美しさに
徹底図解美姿勢プログラム

8月7日(水)

20:00-21:30



津久井友美



松田純

zoom開催



イラスト思考 10周年 感謝祭!



1人でも多くの人に
最高のビジョンを描く喜びを!



♥ クラファン感謝祭
サイトはこちらです!

▼ゲスト講師No.1



「美姿勢ボディメイクプログラム」開発 フィットネストレーナー 津久井友美 先生

ヨガ・ピラティス・ウォーキングスペシャリストなど11の資格を持つ。

大手スポーツクラブでのレッスンはもちろん、群馬大学名誉教授と共に中学校教諭のダンスを授業に取り入れる講習会を開催。

大手企業の新人研修や、中堅社員へのストレッチ指導もおこなう。また、プロラグビー選手へのウォームアップ指導や、行政でのレッスンまで、幅広く活動の場を持つ。これまでの経験を生かして、40代、50代の女性が輝き続ける人生を送るお手伝いをしていこうと「美姿勢ボディメイクプログラム」をつくりあげ、生き生きとした女性が世の中に増えていき、笑顔溢れる世の中にしていきたいと思っている。

私生活では茶道40年、華道20年、バレエ20年と趣味も極めるタイプ。2人の子供の母でもある。

▼見える化・コーディネーター



イラスト思考開発者

松田 純

- 「イラスト思考」開発者 まんが教育家
- 桃山学院大学ビジネスデザイン学部 客員教授
- 禅ZENの学校 コミュニティスクール 主催
- 一般社団法人 国際まんが教育協会 代表理事

1977年熊本県生まれ。「イラスト思考」の開発者であり、イメージとストーリーを使ったビジネスコミュニケーションの専門家。大学在学中に角川書店よりまんが家デビュー。その後、トヨタ自動車・三菱商事などの大手企業や教育機関との連携で、まんが教育コンテンツの製作を手掛け、『7つの習慣』のまんが講座企画も担当する。

日本のトップマーケター神田昌典氏のアルマ・クリエーションで『イラスト思考』講座を開発、大きな反響を呼ぶ。その後、多くの企業や経営者に「イラスト思考」をはじめとした組織開発プログラムを提供する一方で、教育活動にも精力的に取り組む。

禅の体験をベースにまんがの思考法を融合させたユニークな教育メソッド「まんが教育」を提唱し、日本発のキャリア教育として、全国で60校を超える小学校～大学をはじめ、ハワイ、シンガポール、中国など、アジア圏にまでその活動は広がっている。

在家禅者として、学生時代から円覚寺派の臨済禅道場（人間禅）で20年間禅の修行を続けている。号は大愚。



40代~50代女性

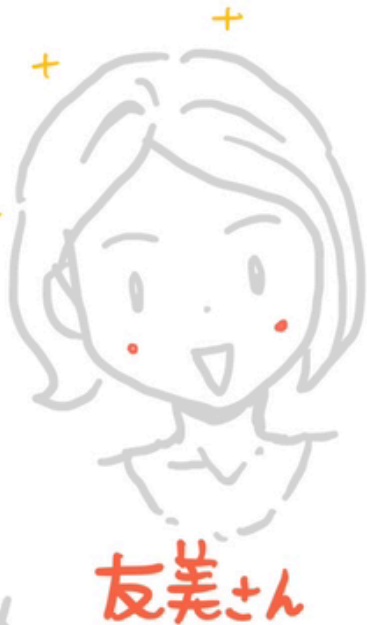
美姿勢
プログラム

自分史上最高に
美しくなる!



200人

3ヶ月



友美さん

- ・腰痛・肩凝り
- ・体型が変わってきた..
- ・写真映り..



1015分

ほどす!

鍛える

歩く!

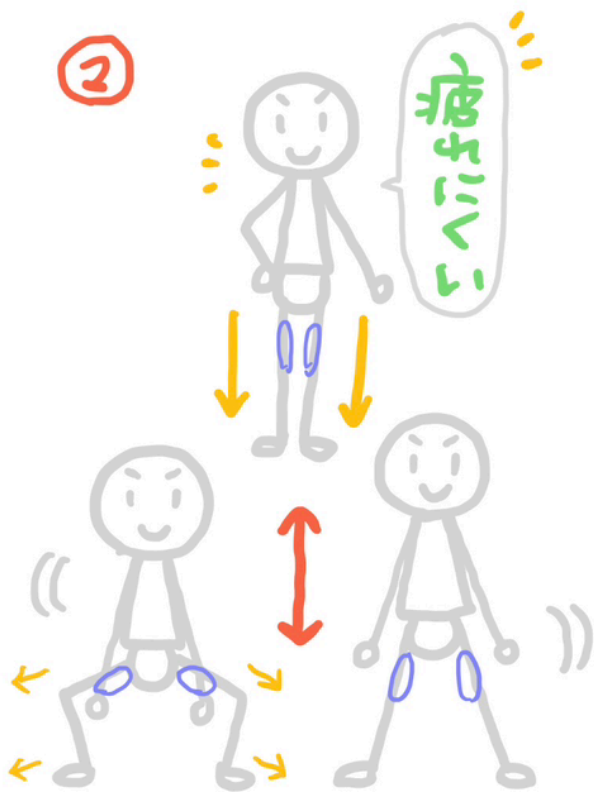


- ・腰痛が治る
- ・姿勢が良くなる!
- ・自信



① ほぐす





7つの 姿勢筋

① 内転筋

② 臀筋

③ 上腕三頭筋

④ 大胸筋

⑤ 腹斜筋

⑥ 腹直筋

⑦ 脊柱起立筋

津久井友美
Tomomi Tomokuni

姿勢筋を整えて
最高に美しくなる

美姿勢

プログラム

キレイの秘密は
7つの
姿勢筋です

猫背
反り腰

ぽっこり
お腹

〇脚
太い脚

肩こり

腰痛





感情

5年生の男の子

After

Before

5年生



情報整理

説明・伝達

問題解決

アイデア発想

プレゼン

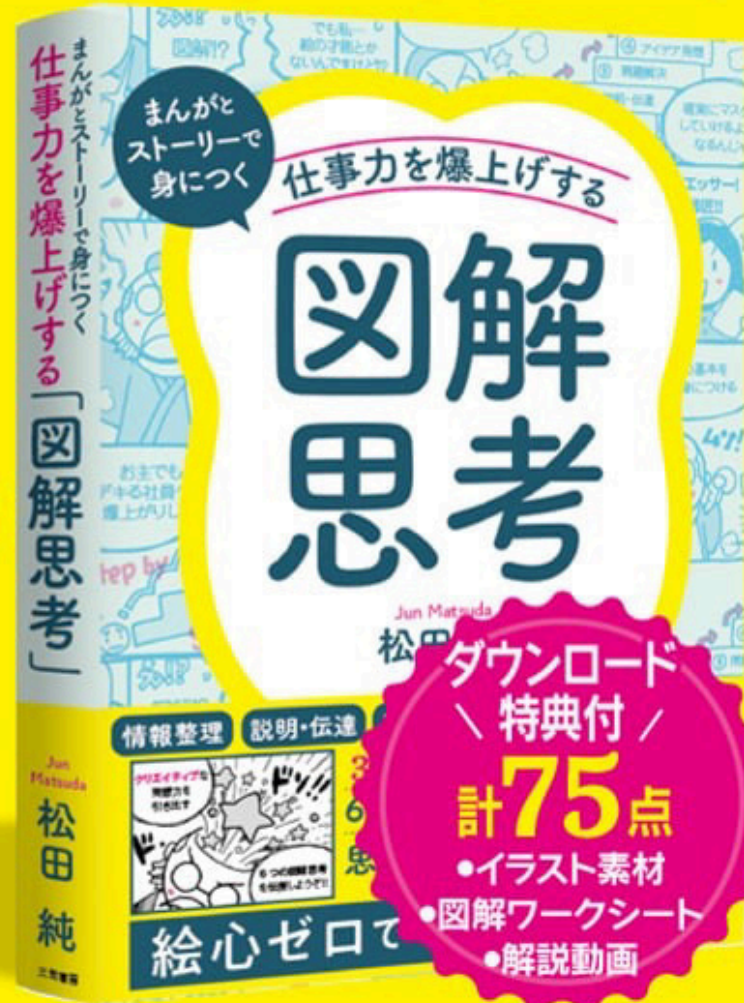
目標達成

あなたの仕事力を爆上げする最強の思考整理法！



3万人が感動&成長!

6つの図解メソッドで絵心ゼロでもスラスラ描ける






美姿勢
津久井友美
tsukui
tomomi

美姿勢 プログラム

姿勢筋を整えて
最高に美しくなる



キレイの秘密は
7つの**姿勢筋**です

- 猫背
反り腰
- ぽっこり
お腹
- 脚
太い脚
- 肩こり
- 腰痛

高橋書店



右脳を活用したビジョンの見える化で
目標達成とビジネスが加速する！



ビジョン型目標達成
3ステップ
無料体験講座

★たったの15分の動画で
あなたの夢やビジョンを
絵で描く方法が分かる！



▲こちらのQRコード
からお友達登録を
お願いします！😊