

フォローアップ会

体感型ワークショップ

【0 入門】
お話し会
本

「NHA って何？」
を知りたい人向け。
※【1基礎】からでも
大丈夫です。

【1 基礎】
講演会

2 時間。
NHA の土台となる概
念や、NHA の理論を
学びます。

【2 実践】
ワークショップ

約 6 時間。
NHA を実際に使う
ためのテクニックを
学び、練習します。

【3 応用】
ステップアップ

約 4 時間。
NHA をさらに深く理
解し、使いたい人向
け。エクササイズを通
して学びます。

