

## 日本ヘルスコンサルティング協会®

心身相関の考え方をもとに  
ストレスを力に変え、  
健やかに過ごすための  
実践的なサポートを行う  
高い知識と豊かな経験をもつ  
専門家の組織です。

### 【代表】相原和子

長きにわたり、フィットネス団体にて指導者教育に携わる。

ニューヨークにてマシンピラティスをマスター。その後、ピラティスジャパンマスターコーチとして日本において、指導者教育に従事し後進育成を精力的に行う。

2008年深く科学的な知識を学び、効果のある運動療法、そのわかりやすい教育システムを作るために41歳で同志社大学スポーツ健康科学部を受験し、学部と博士前期課程と六年間在学し、教授方のもと最先端のスポーツ健康科学を学ぶ。研究テーマは「体幹を対象としたピラティストレーニングの動作解析」。十代で母親を失い、自死遺族となる。『心とからだの繋がり』が生涯のテーマとなり、現在、心身相関の考え方をもとに人々がストレスを力に変え、健やかに過ごすための実践的なサポートに励んでいる。

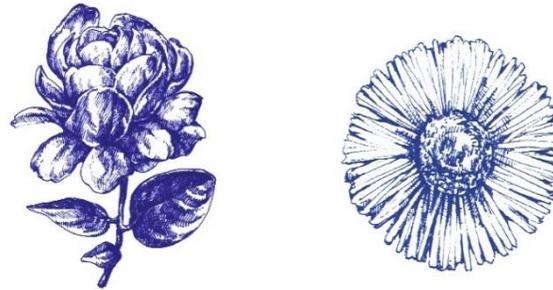
- ・健康運動指導士
- ・産業カウンセラー/国家資格キャリアコンサルタント
- ・エクササイズグループ 実用新案 登録/世界出願済
- ・テレビ出演/DVD出演、監修 多数
- ・ラッキィ池田氏振り付け 『骨盤体操』監修

あなたの

知識と経験をいかして

優しくて頼もしいセラピストに

なりませんか？



## 日本 ヘルスコンサルティング 協会®

HP

<https://www.nhc-association.com/>

FB

<https://www.facebook.com/nhc.association/>

LINE 公式アカウント

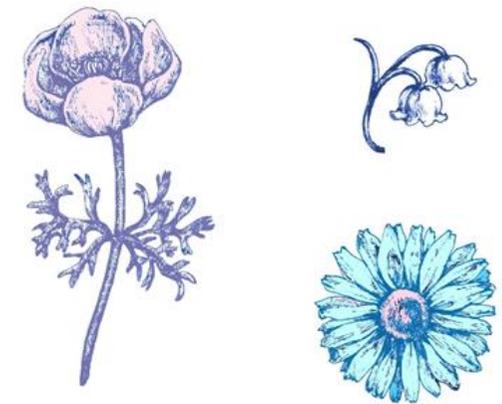
@spiritualpilates

日程・開催地などご案内しています！

お問い合わせはお気軽にどうぞ 

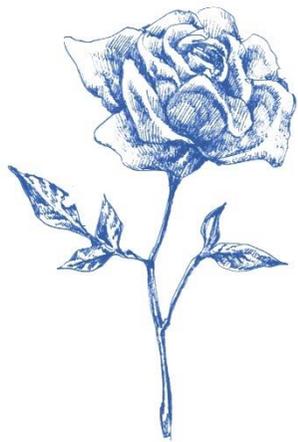


# TRINITY THERAPY



日本  
ヘルスコンサルティング  
協会®

<https://www.nhc-association.com/>



Social Health  
Physical Health  
Mental Health  
Spiritual Health

自分らしく美しく生きたい…

人は肉体と心と魂の複合体

そのためには

『肉体的と精神的と霊的（尊厳）

そのすべてが満たされた状態』

が必要です

だから

トリニティセラピーは

三つの視点からのケア。

あなたの豊かな知識と経験、

その優しい気持ちが必要です。

頼もしいセラピストに

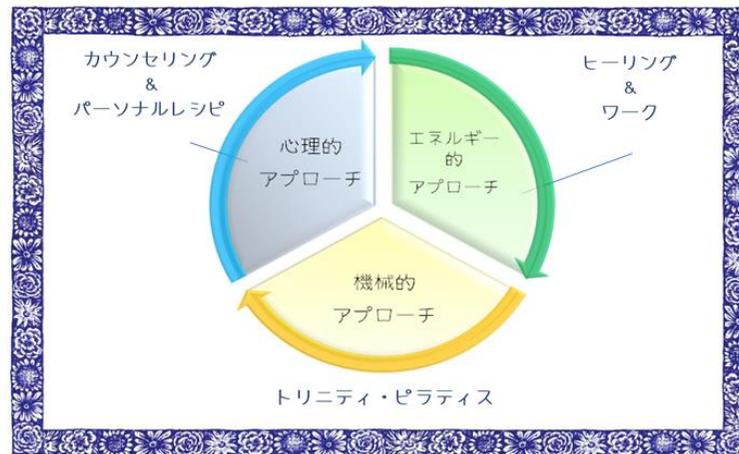
なりませんか？



『身体本来の動きを会得すると…  
心の働きをもコントロールしやすくなる』

『心身ともに「カミ」から  
解放される』

そんな優れたプログラムを  
わかりやすくご案内いたします



トリニティセラピスト

養成コース開講決定！！



詳細が記載された

『トリニティセラピスト  
養成ガイド（E-book）』を  
無料で公開しています。

（期間限定公開）

お気軽にお問合わせ下さい！

### 1. トリニティ・ピラティスコース

エクササイズループ トリニティを  
使用した効果的なポディワーク

① ベーシック（24時間 検定込）

② インターミディエート

（24時間 検定込）

③ アドバンス（24時間 検定込）

### 2. 心理カウンセリングコース

メンタルケアと機械的アプローチを行うこ  
とで、身体組織の中に保持されているブロッ  
クを解きほぐし、情報処理装置としての身体  
の感覚を取り戻すアプローチ

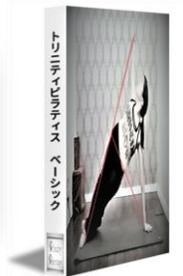
### 3. エネルギーアプローチコース（上級）

制御出来ないほど闇に呑み込まれてしまっ  
た人のための救助隊のようなアプローチ

（トリニティセラピストは

①と②のコース合格が必須です）

トリニティセラピー  
TRINITY  
THERAPY



養成コーステキスト/問題集は

1. 書籍（ P-book ）

2. 電子書籍（ E-book ）

（スマホでも閲覧可能）

両方が配布されます。