

# S.PLOUNGE

えすぷらうんじ

NLP コーチング講座主催でおなじみ S.PLANET がお届けする、気軽に学べる単発講座です。

## 2019-02

ココロ・カラダ・ビューティ・カルチャー・マネーなど、多彩なテーマから旬の単発講座を気軽に受講できる「S.PLOUNGE」。2月の講座は自分の「ココロ」「カラダ」のトリセツを学びます。伝説の講師・追っかけも多い北原先生の即興的な心のトリセツで「ああ～」と納得し、元気になりましょう！そして、初登場！「空気を吸っても太る」のがみんなの悩みと言える世代のための、健康的なダイエット法を現役看護師さんから実践的に学びます。ブログではより詳しいお話をしていますよ。ぜひご覧くださいね！

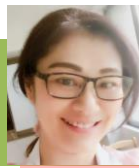


02月講座 @S.PLANET	<b>毒男エリックのチキチキ認知行動心理学 ココロの境界線(バウンダリー)の上手な引き方</b>
19/02/15/fri	講師：北原 エリック 義昭 コミュニケーション・デザイン研究所 所長
開催日時：2019年2月15日(金) (受付18:15～) 18:30～20:45	
開催場所：S.PLANET(南1西3 札石ビル4階)	
受講料：5,000円(チケット利用の際は1枚) 定員：8名様	

多くのファンを持つ「毒男エリック氏」こと、北原義昭先生が再びの登場！対人関係の悩みは、適切なバウンダリー(境界線)が上手に引けないところから始まります。仕事・恋愛・親子・夫婦の悩み、ありませんか？では、上手なバウンダリーの引き方とは何でしょうか？伝説の講師・エリック氏が受講する人に合わせて即興で内容をアレンジするスゴ技を、ぜひ目撃・体感してください！

02月講座 @S.PLANET	<b>現役看護師が伝える 食べて飲んで、楽しくキレイに痩せる健康法</b>
19/02/26/tue	講師：瀬上 和代 日本栄養バランスダイエット協会 インストラクター
開催日時：2019年2月26日(火) (受付18:15～) 18:30～20:45	
開催場所：S.PLANET(南1西3 札石ビル4階)	
受講料：5,000円(チケット利用の際は1枚) 定員：8名様	

ダイエットに、食事制限や辛い運動は必要ありません。普段の食事でダイエットはできます。3食穀物を食べて、運動ゼロ、ダイエット食品やサプリメント禁止のダイエット。黄金バランスで楽しく美味しく食事をして、キレイで健康になりませんか？看護師だからこそ健康を意識したダイエットを伝えます。



<b>お申込方法</b>	裏面の申込書に必要事項を記載の上、FAX(011-522-6535)にて下記までお申込ください。ホームページのメールフォームまたはメールもお申し込みいただけます。ご不明な点等はお気軽にお問合せください。
<b>お申込先</b>	<b>株式会社 S.PLANET</b> TEL: 011-788-4838 FAX: 011-522-6535 〒060-0061 札幌市中央区南1条西3丁目8 札石ビル4階 <a href="http://www.s-planets.com/">http://www.s-planets.com/</a>

## 豪華な講師陣！ かゆいところに手が届く、旬のテーマが今後も続々登場予定！

(下記の講座は開催予定及び企画中の講座です。日程等、変更になる場合があります。最少開催人数：3名。お申込締切は定員に達した場合、または開催日の1週間前です)。

開催済	18:30-20:45	村上隆昭	新「超」結果手帳講座 新しい手帳の秘密と使い方のシェア結果を出すステージへ SHIFT	S.PLANET
開催済	13:30-15:45	村上隆昭	リーダー研修 THE SHIFT	S.PLANET
2019年 01/25 (金)	18:30-20:45	佐藤桔更	【お値ごろ短縮版】夜のウォーキング講座 男も女も老いも若さも！ 健やかに美しく歩く！	エルブラザ
2019年 01/31 (木)	18:30-20:00	瀬川弘絵	【2,000円ポッキリ講座】 「仕事」と「私事」に役立つ おためしNLP コーチング	S.PLANET
2019年 02/15 (金)	18:30-20:45	北原義昭	毒男エリックのチキチキ認知行動心理学 ココロの境界線(バウンダリー)の上手な引き方	S.PLANET
2019年 02/26 (火)	18:30-20:45	瀬上和代	現役看護師が伝える 食べて飲んで、楽しくキレイに痩せる健康法	S.PLANET
2019年 04/17 (水)	18:30-20:45	風船の魔法使い エリサ	森うさぎで学ぶバルーンアートの技法 気持ちを形にする！	エルブラザ

20181222 現在

## 気軽に学べる単発講座！ お得なチケットで、お友だちと一緒に学ぶのも OK！

受講料	お得な3回6か月有効チケット
<p><b>1講座：5,000円</b> 上記ラインナップに「●」がついた特別講座は2講座分(10,000円)です</p>	<p>通常3回分 15,000円のところ → <b>13,500円</b> 3回チケットは1講座をお友だち同士で受講したり、企業の研修や大切な方へのプレゼント等、自由な使い方ができます</p>
<p>お申込み後、1週間以内に参加費をお振込みください。 参加費振込みをもって申込みが完了します。 (誠に恐縮ですが、振込手数料はご負担ください)</p>	<p>振込先 北洋銀行 本店営業部 普通預金：2364806 株式会社 S.PLANET</p>

下記「申込書」にご記入の上、FAXにてお申込みください。  
誠に勝手ながら、定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

**FAX 011-522-6535**

参加者名 (必須)	携帯電話番号 (必須)	メールアドレス (必須) (PC or mobile)
参加講座 (開催月日・講座名※省略可をお書きください)		
受講料	① 1講座ずつ支払：5,000円 × 回分	
	② 3回受講チケット利用：13,500円 (1回目受講時、3回分のチケットをお渡しします) ※お友だちとシェアして利用の場合、参加者名を講座前日までに必ずメールにてご連絡ください。	
	合計：	円

S.PLANET では原則として、お名前・住所・電話番号・メールアドレスなどのお客様をメールアドレスなどのお客様を特定することのできる情報(以下、個人情報といいます)を取り扱うにあたっては、「個人情報の保護に関する法律」をはじめとする個人情報の保護に関する法令、ガイドライン及び本プライバシーポリシーを遵守いたします。