

「ゲルソン予防療法・ワークショップ 4泊5日」概要とカリキュラム (計7ページ)

受講料金	税込248,000円
授業数	1 講義 1 時間、計 1 7 講義を 4 泊 5 日で修了するカリキュラムです。
オプション	3 講義「コーヒーエネマのサイエンス&レシピ」「コーヒーエネマのテクニック」「ひまし油とクレイ湿布」を+26,400円で追加可能です。時間割の変更については、お問い合わせください。
受講形式	連続する 5 日間をご指定のうえ、受講していただきます。
食事・アレルギー・高血糖について	ワークショップでは無農薬の野菜と果物と穀物を中心に使用します。小麦、乳製品、大豆、動物性食品は使用しません。食物アレルギー、高血糖のかた、食事上の特別なルールをお持ちのかたは予めお知らせください。
感染とコロナ対策	ワークショップ期間中、「必要に応じてのマスクの着用（ご用意有り）」をお願いする場合もございますのでその際にご協力ください。発熱が見られた場合、ワークショップは直ちに中断致します。この場合、ワークショップ中断によるご返金にはご対応できません。あらかじめ御了承ください。
処方薬がある場合	処方薬を服用されているかたは、ご持参の上いつも通りに服用してください。服用薬と食べ合わせ上問題のある食品がある場合は、事前にお知らせください。
香害の注意	化粧品、デオドラント、香水、衣類用洗剤などで香料が使われているものは使用しないでください。
テキストのお渡し	使用するテキストは、会場でお渡しします。
修了証書	希望者には修了証書を発行。別途2,000円。
お支払い	開催日程をご予約後、開催初日から起算して 14日前 までにお支払いいただきます。銀行振込、paypal、クレジットカード決済が可能です。
キャンセルポリシー	お支払い後、開催初日から起算して 14日前 までのキャンセルは、お支払い金額の90%、 13日前～7日前 は60%、 6日前～前日 は50%、当日は0%(返金無し)をご返金します。
交通&ご宿泊	ご予約時に交通&宿泊のご案内を致します。宿泊費は宿泊施設に直接お支払いください。宿泊施設をご予約後キャンセルされる場合は、各施設のキャンセルポリシーに従ってください。

1日目

時刻	時間	項目	授業テーマ	内容
12:30			集合	
13:00-13:45	45分	昼食	ゲルソン食	ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
13:45-14:00	15分	休憩		
14:00-15:00	60分	講義 1	「オリエンテーション：病気治療と健康治療（予防）の違いを知る」	スタートにあたり「ゲルソン予防療法」の全体像を紹介します。自分で自分の未病予防や再発予防の計画を立てる「セルフオーナーシップ・プログラム」について説明します。
15:00-15:15	15分	休憩		
15:15-16:15	60分	講義 2	「自分の自然治癒に必要なエネルギーを査定する」	治癒に結びつく炎症と、いつまでも長引く炎症との違いのほか、治癒力が不足すると病気は成長することを学びます。
16:15-17:00	45分	見学	休憩／エデュケーターによる夕食準備を見学	
17:00-17:45	45分	夕食	ゲルソン食	ジュース無し／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
18:00			1日目クローズ	

2日目

時刻	時間	項目	授業テーマ	内容
9:00-9:45	45分	朝食	ゲルソン食	ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー
9:45-10:00	15分	休憩		
10:00-11:00	60分	講義3	「脱エネルギー食について①」	細胞が生きるためのATPを作りにくくさせる脱エネルギー食を、ナトリウムとカリウムのバランスから学びます。
11:00-11:15	15分			
11:15-12:15	60分	講義4	「脱エネルギー食について②」	細胞が生きるためのATPを作りにくくさせる脱エネルギー食を、カルシウムとマグネシウムのバランスから学びます。
12:15-13:00	45分	見学	休憩／エドゥケーターによる昼食準備を見学	
13:00-13:45	45分	昼食	ゲルソン食	ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
13:45-14:00	15分	休憩		
14:00-15:00	60分	講義5	「植物性食品で体の酸性化を食い止める」	酸性食品、中性食品、アルカリ性食品の違いを知ると同時に、植物性タンパク質の上手な取り方を学びます。
15:00-15:15	15分	休憩		
15:15-16:15	60分	講義6	「改善か悪化か、健康のベクトルを見極めてマネジメントする」	病気に向かっているのか、治癒の方向なのかを見極め、体の反応をマネジメントする方法を学びます。
16:15-17:00	45分	見学	休憩／エドゥケーターによる夕食準備を見学	
17:00-17:45	45分	夕食	ゲルソン食	ジュース無し／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
18:00			2日目クローズ	

3日目

時刻	時間	項目	授業テーマ	内容
9:00-9:45	45分	朝食	ゲルソン食	ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー
9:45-10:00	15分	休憩		
10:00-11:00	60分	講義 7	「 肝臓①：解毒保証人、肝臓はどのくらい機能しているか？ 自分の症状から査定する 」	肝臓の解毒に問題が発生すると、皮膚、腎臓、粘膜、リンパにシワ寄せがきてさまざまな症状が出ることを学びます。
11:00-11:15	15分			
11:15-12:15	60分	講義 8	「 肝臓②：肝臓の解毒力upのために a. 肝臓の脂肪を梱包→発送→除去する 」	肝臓の解毒機能を回復するために、肝臓に溜まった脂肪を水に溶けるかたちに変えて除去する方法を学びます。
12:15-13:00	45分	見学	休憩／エデュケーターによる昼食準備を見学	
13:00-13:45	45分	昼食	ゲルソン食	ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
13:45-14:00	15分	休憩		
14:00-15:00	60分	講義 9	「 肝臓③：肝臓の解毒力upのために b. 胆汁を増やしてコレステロールを減らす 」	肝臓の解毒機能を回復するために、胆汁を増やす方法と、コレステロールを減らす方法を学びます。
15:00-15:15	15分	休憩		
15:15-16:15	60分	講義 10	「 肝臓④：肝臓の解毒力upのために c. 解毒経路フェーズ I の活動を査定する 」	肝臓の解毒機能を回復するために、肝臓内部のフェーズ I と呼ばれる領域について学びます。
16:15-17:00	45分	見学	休憩／エデュケーターによる夕食準備を見学	
17:00-17:45	45分	夕食	ゲルソン食	ジュース無し／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
18:00			3日目クローズ	

4日目

時刻	時間	項目	授業テーマ	内容
9:00-9:45	45分	朝食	ゲルソン食	ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー
9:45-10:00	15分	休憩		
10:00-11:00	60分	講義 1 1	「 肝臓⑤：肝臓の解毒力upのために d. 解毒経路フェーズIIの活動を査定する（前編） 」	肝臓の解毒機能を回復するために、肝臓内部のフェーズIIと呼ばれる領域について学びます。
11:00-11:15	15分			
11:15-12:15	60分	講義 1 2	「 肝臓⑥：肝臓の解毒力upのために e. 解毒経路フェーズIIの活動を査定する（後編） 」	引き続き、肝臓の解毒機能を回復するために、肝臓内部のフェーズIIと呼ばれる領域について学びます。
12:15-13:00	45分	見学	休憩／エデュケーターによる昼食準備を見学	
13:00-13:45	45分	昼食	ゲルソン食	ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
13:45-14:00	15分	休憩		
14:00-15:00	60分	講義 1 3	「 自然治療とスイーツ&コーヒー、そして血糖コントロール 」	健康治療（予防）を途中で頓挫させず、結果を出しながら継続するのに重要な血糖コントロールを学びます。
15:00-15:15	15分	休憩		
15:15-16:15	60分	講義 1 4	「 水がないと毒も栄養も運べない 」	体外へ毒を運び出すとき、栄養を細胞に届けるとき、水がその運搬役を担うということを学びます。
16:15-17:00	45分	見学	休憩／エデュケーターによる夕食準備を見学	
17:00-17:45	45分	夕食	ゲルソン食	ジュース無し／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
18:00			2日目クローズ	

5日目

時刻	時間	項目	授業テーマ	内容
9:00-9:45	45分	朝食	ゲルソン食	ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー
9:45-10:00	15分	休憩		
10:00-11:00	60分	講義 15	「健康治療（予防）のための食事プランを選ぶ」	健康治療（予防）のための3つの食事プランを紹介し、自分に適するものを選べるようにします。
11:00-11:15	15分			
11:15-12:15	60分	講義 16	「パイチャートで24時間を管理する」	食事プランを現実的に実行するための時間管理を学びます。
12:15-13:00	45分	見学	休憩／エデュケーターによる昼食準備を見学	
13:00-13:45	45分	昼食	ゲルソン食	ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー
13:45-14:00	15分	休憩		
14:00-15:15	75分	講義 17	「根本的な問題が歯にあったら」	自然治癒に必要なエネルギーを知らないうちに奪っている要因がないか、口腔内の問題を点検します。
15:30			5日目クローズ	

	時刻	時間	項目	授業テーマ	内容
オプション	をオシ 申ンヨ別 だしラッ日 け込イプ程 まみン、で すしセまワ 。てミたー いナはク たー、	60分	オプション1	「コーヒーエネマのサイエンス&レシピ」	コーヒー浣腸のメカニズムを科学的に実証されている知識とともに学びます。3種類の浣腸レシピを学びます。
		60分	オプション2	「コーヒーエネマのテクニック」	コーヒー浣腸の道具の取り扱い方法、浣腸をするときの適切な姿勢を学びます。
		60分	オプション3	「ひまし油とクレイ湿布」	ゲルソン療法中に役に立つ湿布を2種類、その使い分けとともに学びます。