

| NO. | 月/日 | | 氣内臓技術 | 瞑想・気功 |
|-----|-------|---|--|--|
| 1 | 11/10 | 土 | タッチについて、お臍へのアプローチ、ニーディング・ギャザリングとベーキング*ハグについて | なぜ瞑想、気功が必要か？モーニングプラクティス、会陰呼吸の瞑想 |
| 2 | 11/11 | 日 | お臍、ゴールドフィッシュ（金魚・ニーディング）、大腸1 *内臓・bodyについて | モーニングプラクティス、抱擁の気功、会陰呼吸の瞑想 |
| 3 | 11/23 | 金 | 大腸2・セルフチネイザン *内臓と感情、呼吸について *陰陽五行論1 | モーニングプラクティス、会陰呼吸の瞑想、ヒーリングサウンズ |
| 4 | 11/24 | 土 | 大腸3・小腸1 *内臓と感情 | モーニングプラクティス、ロータス瞑想、ヒーリングサウンズ |
| 5 | 11/25 | 日 | 小腸2、セルフチネイザン、オープニングとクロージング | ロータス瞑想、ヒーリングサウンズ、気功 |
| 6 | 12/8 | 土 | お臍、小腸の復習、ミニチネイザンセッション オープニング、クロージング | ヒーリングサウンズ、ロータス瞑想、気功 |
| 7 | 12/9 | 日 | 大腸、小腸の復習、ミニチネイザンセッション *陰陽五行論2 | ロータス瞑想、モーニングプラクティス |
| 8 | 12/22 | 土 | 中間実技試験 フィードバック | ロータス集中瞑想、太極拳の基本 インナースマイル気功 |
| 9 | 12/23 | 日 | 肝、脾 （*解剖学1） | インナースマイル、ヒーリングサウンズ、気功、太極拳の基本 |
| 10 | 1/12 | 土 | スキン・腎臓・セルフチネイザン | インナースマイル、ヒーリングサウンズ、ブッダパームの紹介 |
| 11 | 1/13 | 日 | 丹田、風門。お臍、ニーディングの復習 （*解剖学2） | ロータス瞑想、シックスヒーリングサウンズ、ブッダパーム、気功、太極拳 |
| 12 | 2/16 | 土 | 横隔膜、肺、心 | ロータス瞑想、ヒーリングサウンズ、気功、ケース・スタディについて、ケース取りについて |
| 13 | 2/17 | 日 | パルス、卵巣、クライアントの繋がり。オープニング、クロージング、セルフチネイザン | インナースマイル、観音気功の紹介、ヒーリングサウンズ |
| 14 | 3/2 | 土 | 筆記試験、復習、フルセッション・プラクティス *倫理 | 小周天瞑想の紹介、ヒーリングサウンズ |
| 15 | 3/3 | 日 | 総合復習 フルセッション・プラクティス | ロータス瞑想 |
| 16 | 3/9 | 土 | 最終実技試験、フィードバック | インナースマイル、気功、ヒーリングサウンズ |
| 17 | 3/10 | 日 | 総合復習・修了式 *チネイザンを実際に行うにあたっての説明 | 瞑想と気功のまとめ |