

表1

| クシヨップ」概要とカリキュラム (計3ページ) | |
|-------------------------|---|
| 受講料金 | 通常は税込157,000円のところ→税込116,000円。只今、お一人様からグループ割引適用中です。 |
| 推奨事項 | がん治療のために受講するかたは治療を手伝ってくれるサポーター（家族や友人）とご一緒の受講をおすすめ |
| サポーター料金 | サポーター1名につき通常は税込92,000円のところ→税込72,000円になります。 |
| 授業数 | 1講義1時間、計9講義を通常2日間で修了するカリキュラムです。 |
| 受講形式 | 連続する2日間、または、ご都合の良い合計2日間を選んでいただき、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、食生活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、「会場到着時の手洗い・うがい」、「毎朝の検温」、「室内での常時マスク、または、フェイスシールド（ご用意有り）着用」、「別テーブルでのお食事」にご協力ください。また、「キッチンでの調理はご見学のみ可能で、実習へのご参加は気温的にしていただきません」。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が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有害ですので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。 |
| 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 |
| 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。 |
| カリキュラムの変更 | 1日の講義数を増減して受講日数を変えるなど、カリキュラムの変更を希望されるかたはご相談ください。ご要望に添えない場合もございますので、あらかじめ御了承ください。 |
| 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。 |

| | 時刻 | 時間 | 項目 | 授業テーマ | 内容 |
|-------------|-----|-------------|-----|-----------------|--|
| | 1日目 | 10:00-11:00 | 60分 | 講義1 | エンターションとヒア |
| 11:00-11:15 | | 15分 | 休憩 | | |
| 11:15-12:15 | | 60分 | 講義2 | 「ゲルソン療法概論」 | ゲルソン療法とは何なのか、ゲルソン療法を行うことによって私たちの身体で何が始まるのか、ゲルソン療法に必要な注意は何か、イメージをつかみます。 |
| 12:15-13:00 | | 45分 | 見学 | ユ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3 | 「ゲルソン療法の食事 | この療法で食べるゲルソン食のすべて、食材の取捨選択ルール、食材の取り扱いかた、治療効果を損なわない調理方法、メニューの組み立てかた、などを学びます。 |

| | | | | | | |
|-----|-------------|-----|-------|--------------------|--|--|
| | 15:00-15:15 | 15分 | 休憩 | | | |
| | 15:15-16:15 | 60分 | 講義 5 | 「ゲルソン療法の朝食」 | ゲルソン療法の毎日の朝食に必要なレシピを学びます。(動画 19分) | |
| | 16:15-16:30 | 15分 | 休憩 | | | |
| | 16:30-17:30 | 60分 | 講義 6 | 「ヒポクラテス・スープ」 | 毎日食べるスープ、作り置きがあると役に立つトマトソースのレシピを学びます。(動画 21分) | |
| | 17:30-18:00 | 30分 | 見学 | インストラクターによる夕食準備を見学 | | |
| | 18:00-18:45 | 45分 | 夕食 | 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 | |
| | | | | | | |
| 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 8 | 「加熱野菜料理について」 | 注意が必要な加熱調理方法についてレシピを通して学びます。(動画 27分) | |
| | 11:00-11:15 | 15分 | | | | |
| | 11:15-12:15 | 60分 | 講義 9 | ゲルソン療法のジュース | ゲルソン療法で使うジュースの種類と役割について学びます。 | |
| | 12:15-13:00 | 45分 | 見学 | インストラク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 12 | 「コーヒー洗腸の科学とレシピ」 | コーヒー洗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種類の洗腸レシピを学びます。 | |
| | 15:00-15:15 | 15分 | 休憩 | | | |
| | 15:15-16:15 | 60分 | 講義 13 | 「コーヒー洗腸の実際」 | コーヒー洗腸の道具の取り扱い方法、洗腸をするときの適切な姿勢を学びます。 | |
| | 16:30 | | | | 終了 | |