



ロイクロ・ルーシーダットン 全200ポーズ (50ポーズ×4レベル)



受講料:

各レベル 3,500 バーツ / 10 時間

または 5,000 バーツ / 15 時間

また、10ポーズ1時間半400バーツの
ミニレッスンもあります。

タイには幾世代にもわたって受け継がれてきた文化的遺産が多数あります。その中のひとつがルーシーダットン（隠者の鍛錬）です。この伝統的な鍛錬法は、伝統医学の研究と実践をするための貴重な情報源となっています。それは腱の痛みの軽減、血液循環の改善、その他人体の異常の改善にとどまらず、数え切れないほどの効用があることによります。近代医学に頼る代わりにルーシーダットンを継続して実践することで、これらの不快症状が簡単に解消されるのです。ルーシーダットンは現代医学に比べて費用がかからないだけでなく、頑健な心と身体を造るというすばらしい効用があります。

