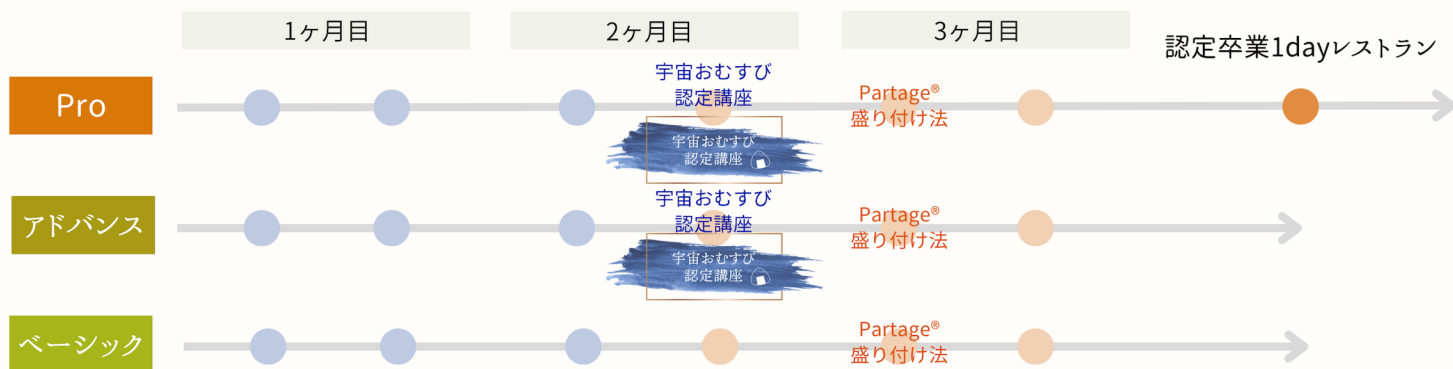
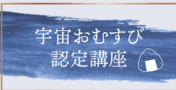


La.Grace Kitchen プログラムは、全部で3つのコースがあります。




| | | (ワーク) | (宿題) | | |
|----|--|---|--|----------------------|-------|
| 1. | <ul style="list-style-type: none"> 「中心軸を立てる」を体感する 「情熱の炎を燃やす」筋道を知る | 中心軸のスープづくり ズレを自分で戻す | 中心軸のスープづくり | omni-チューニング レッスン | オンライン |
| | <ul style="list-style-type: none"> 「中心軸」「情熱の炎を燃やす」からズレる自分のパターンを掴む 「魂のよろこび」について知る | 情熱の炎・魂のよろこびのスープづくり ズレを自分で戻す | 「魂のよろこび」を体感するイメージ作業を 日常で繰り返す | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> 「中心軸を立てる」「情熱の炎を燃やす」「魂のよろこび」の復習 野菜に認めてもらう自分になる 野菜と人との関係性や関わりを学ぶ | uketoriの感覚を 体感する | 3つが整っていく固定するように日常を送る ズレるパターンを掴む | | |
| 4. | <ul style="list-style-type: none"> 宇宙おむすびレッスン 「野菜の味の深み」を引き出す スープ・サラダのつくり方知る 設定・手の使い方・野菜の切り方 この世界にはすべての情報があることを知る | 宇宙おむすびづくり 野菜のスープ・サラダづくり | 宇宙おむすびを結ぶ Partageのショートムービーを見る | uketoriキッチン セッション | リアル対面 |
| | <ul style="list-style-type: none"> 宇宙おむすびの確認 (むすんできってもらう) 煮・焼・揚げるについて学ぶ Partageの盛り付け (たましいの喜び)を知る 「ボウル」にきく、はからない方法を知る 「粉」と私たち・「菌」とわたしたち | 煮る・焼く・揚げるはからない方法 Partageの盛り付け | お家Partageを してみる 無料宇宙おむすび会を 開催してみる | | |
| 6. | <ul style="list-style-type: none"> お弁当をつくってきってもらう お皿を選ぶ、食材を選ぶ 「野菜のテンポ」について 「人に料理をお出しすること」について お金とエネルギー、現実化について知る | 1~5のまとめと 補足レッスン ※住んでいる地域でミニランチ会開催で自身をつけ、感想をいただく | Pro 卒業1dayレストランのためのテーマを決めて告知する | | |



宇宙おむすび認定講師

おむすびから教わった中心軸がととのう宇宙おむすび。宇宙おむすび講座を開催することができます。
(2時間 グループ 8,800円/人)



Partage® - パルタージュ-

わかちあいの料理 Partage®は深澤早苗が野菜からきいて生まれた盛り付け法。料理が入りたいところに入り、全体が調和する料理です。

La.Grace Kitchen プログラム 料金

※銀行振込/クレジットカード決済が可能です

Pro

75万円 (税別)

アドバンス

65万円 (税別)

ベーシック

60万円 (税別)