

# アバンダンスサロン 1 回目動画ノート

---

## 1 回目の動画内容

1) 挨拶

2) カリキュラムの説明

1 回目：アバンダンスサロンについてと、人生の 10 分野についての全体ガイダンス

2 回目：時間

3 回目：愛

4 回目：健康

5 回目：体験

6 回目：人間関係

7 回目：知性

8 回目：モノ

9 回目：お金

10 回目：仕事

11 回目：自己実現

12 回目：総まとめ

3) アバンダンスサロンを立ち上げた理由など

その他：人生は決断で出来ているの動画を見てください

### <1 回目の振り返り>

- ①この講座を受けようと思った目的は何ですか？
- ②今一番解決したい事は何ですか？
- ③この講座が終わった時にはどんな状態でいたいですか？

Facebook メッセージでどうぞ！ <https://www.facebook.com/teruyo.tsutada>