

トライアルフィットベーシックオンライン月曜日クラス

フィットベーシック オンライン講座	授業内容	項目	実習
第1回 2021/3/8 13:00-15:30	植物療法概論	植物の生命力 ホメオスタシス ホリスティック 統合医療	
第2回 2021/3/15 13:00-15:30	ハーブと文明① ジャーマンカモミール	メソポタミア エジプト 古代中国	インフュージョン
第3回 2021/3/22 13:00-15:30	ハーブと文明② ヤロウ ローズ	ケルト 古代ギリシャ・ローマ アラビア	
第4回 2021/3/29 13:00-15:30	ハーブと文明③ ローズマリー	中世ヨーロッパ イギリス 近代～現代	蒸気吸入
第5回 2021/4/5 13:00-15:30	フィトケミカル① ダンディライオン ハマナスローズヒップ	水溶性の成分	デコクション
第6回 2021/4/12 13:00-15:30	フィトケミカル② ビワ カレンデュラ	脂溶性の成分	チンキと冷浸出油
第7回 2021/4/19 13:00-15:30	ハーブ外用法 ラベンダー リンデン	入浴 湿布 パップ ゴマーシュ	パップとゴマーシュ
第8回 2021/4/26 13:00-15:30	学名と分類法 ペパーミント	散剤	カプセル

第9回 2021/5/9	ハーブプロファイル① アーティチョーク アニス アルテア アンジェリカ ウィンターセボリー エキナセア	矯味	
第10回 2021/5/17	ハーブプロファイル② エルダーフラワー オオバコ オレンジフラワー カキ カモミールローマン キクカ	軟膏	カレンデュラバーム
第11回 2021/5/24	ハーブプロファイル③ キャットクロウ クロモジ ゲットウ コモンマロウ ジュニパー ジンジャー	石鹸	カレンデュラ石鹸
第12回 2021/5/31	ハーブプロファイル④ スペアミント セージ セントジョンズワート ソウパルメット タイム チェストベリー	湿布	タイムの上胸部湿布
第13回 2021/6/7	ハーブプロファイル⑤ ドクダミ ネトル ハイビスカス ハッカ パッションフラワー ハトムギ	ソフトドリンク	ハイビスカスカルピス
第14回 2021/6/14	ハーブプロファイル⑥ ヒース フェンネルスイート ベルベーヌ ホーステール ホーソーン ホーリーバジル	ローション	ヒース美白ローション

<p>第15回 2021/6/21</p>	<p>ハーブプロフィール⑦ マジョラムスイート マルベリー マレイン メドウスイート メリッサ ヨモギ</p>	<p>手浴</p>	<p>ヨモギ手浴</p>
<p>第16回 2021/6/28</p>	<p>ハーブプロフィール⑧ ラズベリーリーフ リコリス ルイボス レッドクローバー レモングラス ローズ</p>	<p>総まとめ</p>	