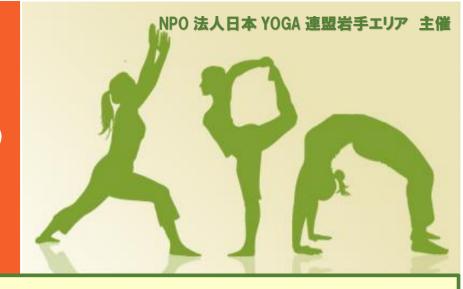
平成 30 年

10/27(±)

14:00~17:00



ョガアドバイザーに学ぶ

## 笑っていこうよ。 ナイスディハ

## 講座内容

- 13ブの歴史(原始時代の信仰ヨガ・宇宙の波動と地球人・野生動物の生命力と人間としての仏性力)
- ②アサナはヨガの一つの修行分野(カラダの硬い人・やわらかい人 ココロはハツラツ)
- ③日常生活での行法の位置づけ
- 4)指導は疲れる、学びは疲れず インストラクターの本音



講師ご紹介

参加者 募集

NPO 法人日本 YOGA 連盟 ヨガアドバイザー

山田 晃 氏

新潟県新潟市在住 沖ヨガサンヘルス主宰 新潟ヨガクラブ・沖ヨガ総合塾長 NPO 法人沖ヨガ協会講師 「ヨガは教えるものでなく一緒に学ぶもの」を信条に指導歴 39 年 場 所:マリオス 第二リハーサル室 (地下 1F)

(盛岡市盛岡駅前西通2丁目9-1)

参加費:4.000円(当日受付)

定 員:30名(先着順)

定員になり次第締め切ります。

※水、タオル、マットをご持参下さい。

問合せ・申込み先:

NPO 法人日本 YOGA 連盟岩手エリア

千葉 敏子

TEL:090-7669-5058