

平成 30 年

10/27 (土)

14:00~17:00

NPO 法人日本 YOGA 連盟岩手エリア 主催



ヨガアドバイザーに学ぶ

笑っていいこうよ・ ナイスデイ!!

講座内容

- ①ヨガの歴史(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

NPO 法人日本 YOGA 連盟 ヨガアドバイザー

山田 晃 氏

参加者 募集

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



新潟県新潟市在住
沖ヨガサンヘルズ主宰 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