



# 国際ヨーガDAY in鹿児島

「ヨーガは平和な社会作るための最適な手段」と、インドのモディ首相の呼びかけにより、国連総会で6月21日が「国際ヨガの日」と定められました。

平成29年**6月24日(土)**【時間】

9:30 ~ 受付  
10:00 ~ はじめに  
10:15 ~ 実習  
11:15 ~ 質疑応答  
11:40 終了

**FREE**

【参加について】参加費は無料。  
事前申し込みの必要はありません。  
当日会場へお越しください。

当日は現地でチェルノブイリ被爆者の子供たちに胃カメラを送るチャリティー募金を行なっています。  
集まった募金は《NPO 法人国際セーヴァの会》を通じて届けられます。

【準備するもの】ヨガマットまたはバスタオル、飲み物

【会場】鹿児島市勤労者交流センター多目的ホール中央駅前イオン(キャンセル)8階

【駐車場について】施設利用者用の3時間の半額券(960円⇨480円)があります(7階に券売機あります)。  
イオンで買い物をすると1050円で60分、2100円で180分、イオンカード提示でさらに30分が無料になります。

今年で3回目を迎える「国際ヨーガの日」  
ヨーガで心と体のリラックスとリフレッシュを!!  
多くの参加をお待ちしています。



ゆったりと無理のないヨーガを行います。  
ヨーガが初めての方も、体が硬い方も、どなたでも大歓迎です。

(社)日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士会・鹿児島  
問い合わせ先: 070-5695-4652 (中野)  
090-7393-5679 (山下)