

2016年「国際ヨーガの日」記念 熊本・大分災害チャリティーヨーガ

6月21日は「国際ヨーガの日」です。
今回は21日が平日のため、**6月18日(土)**開催!

1

笑いヨーガ

今、世界的に広まってきている「笑いヨーガ」
是非体験してみてください。

時 間:10:30~11:00(30分)

参加費:500円

定 員:20名

場 所:アリーア

新潟市中央区近江1-2-17-101

申込先:青木和美

090-1398-2680

時 間:14:00~15:30(90分)

参加費:2000円

定 員:20名

場 所:アリーア

新潟市中央区近江1-2-17-101

申込先:青木和美

090-1398-2680

アーユルヴェーダ・ヨーガ (ヨーガ療法とアーユルヴェーダ)

インド伝統医学の基礎と
ヨーガ療法を体験してみませんか?

2

3

サンセット・ヨーガ (呼吸法・ヴェーダ瞑想)

日本海の夕日を前に
暫しの瞑想を体験しませんか?

時 間:17:30~19:00(集合17:00)

参加費:食事付 2500円

定 員:20名

場 所:海カフェネフ

新潟市西区青山海岸1437-2

025-267-7009

持ち物:ヨーガマット、バスタオル。

※雨天の場合、屋内で行います。

申込先:鈴木静子 090-7528-4971

この日皆様からいただいた講習費は、経費を除いてすべては
(社)日本ヨーガ療法学会を通じて熊本・大分の地震被災者のために使われます。

主催:新潟県ヨーガ療法士会