

2019年 龍村修指導 身体智が拓き、免疫力が高まる！

土曜開催 **金沢** ホリスティックヘルス・

コンサルタント養成講座 2019年土曜3回予定

<智恵のヨガ講義、アサナ、呼吸法、気功、ヒーリング、整体、瞑想等>

今年度は土曜日。どなたでも、参加できます。途中からでも参加できます。

日程 ① 3月30日 ② 5月25日 ③ 10月19日

*土曜 (1)13:00~14:50、(2)15:00~16:50.

1年合計3回・6タイムの予定。(初心者日程確認必要)

2時間×15回受講で、HHC 修了書授与、30回受講でHHC 認定書

予定講義と実習は、日本の瑜伽の伝統を重視した内容。

修正法を含む。呼吸を通じて行う瞑想を含みます。

◎3月30日予定 ⇒ 【1】沖ヨガ10段階1-4。【2】沖ヨガ10段階5-10

<開講趣旨> ホリスティックヘルスとは、身心霊生活の全体的な健康のこと。

、龍村修が直接指導。講義=30~40分、実習=80~90分。

<費用> *金沢 (1年6回程度)。1回120分=¥4,100、H.H.C 認定済者=1回=¥3600

入金先=郵便振替口座=00290-1-75314。加入者名=龍村 修

*龍村式指ヨガインストラクターは講座15回修了証授与でマスターインストラクターに昇格。

<予定会場>3/30=文教会館(尾山神社近く)、5/25=歌劇座 10/19=未定

<申し込み>*下記へ電話かFaxかメールで、参加希望日時を明記して申込む。

<連絡先>龍村ヨガ研究所(257-0014 神奈川県秦野市今泉646-13) HP= tatsumura-yoga

<Telfax0463-85-3033><携帯090-4930-8213.>メール osamu.tatsumura@gmail.com

又は:金沢世話人=北市浩子(携帯090-2032-1787) メール=sae.k.1219@docomo.ne.jp

●講師=龍村 修(龍村ヨガ研究所所長。NPO 沖ヨガ協会理事長。一般社団法人:手のひらセルフケア協会理事長)

2019年度 合宿予定

●5月31(金)~6月2日(日) 首都圏 沖道YOGA スピリチュアルセミナー(伊豆)

●6月30(日) 愛知県 モリコロパーク 国際ヨガDAY 特別セミナー

●7月16(火)~18日(木) 奈良・天河神社 神氣の中で瞑想(奈良県奥吉野)

●7月20(土)~21日(日) 東京 御岳山YOGA 滝行と神道瞑想セミナー(東京都)

●7月26(金)~28日(日) 弘法大師ご縁:奇跡の温泉「ゆの里ホリスティック・ヒーリングS」

●7月28(日)~29(月) 高野山で瞑想1泊合宿 高野山無量光院ご学ぶ

◎11月11日(月)~13日(水) 高野山で国際セミナー予定。日本伝統の瑜伽と国際的に通用するヨガを学ぶ。

●8月25(日)~9月1(日) インド・世界遺産/エローラ・ア
ジャンタ仏教遺跡訪問と瞑想研修の旅(世界で一番行きたい所でランクイン)
詳細 龍村ヨガへ。(壮大な岩山寺院に様々な仏教美術も)

●沖正弘先生生誕100周年記念行事 2019年11月9日東京インド大使館

その前か後あたりに、合宿性の特別セミナーを企画中

