

平成25年秋～ヨガ指導者必須合宿

OKI-DO Integrated Living YOGA for Body, Mind, Spirit

沖道 YOGA 合宿(京都)

平成25年：**10月27日(日)10時～28日(月)3時**

本来ヨガは師匠から弟子へと、修行生活全体の中で伝えたものです。様々な武道も芸道も本道は内弟子にのみ継がれました。生活を共にする形式の中でしか伝えることが困難な精神生活分野があったのです。ヨガの技術や知識はクラス形式で学んでも、精神的な成長進化には本人自身が自己の業に気づき、アカルマ＝無業化することが必要です。この一泊合宿ではガンジーアシュラム、沖ヨガ修道場と受け継がれて来た、生活ヨガ式陰陽リズム修業法を基本にアカルマヨガを学びます。

<内容>今回は1980年のヨガ世界大会会場となった宇治黄檗山の禅寺関係の施設で行います。

・黄檗禅定行法・沖ヨガ式陰陽リズム修業法・ヤマ・ニヤマの生活法(戒と誓い) ・カルマの浄化の講義実習・般若心経発声呼吸法(読経呼吸法)・浄化行法、丹田強化法と指導法・ジョギング呼吸法&バランス歩行法・各種アサナ&呼吸法と指導法・瞑想&瞑想指導法等

<講師>龍村 修(ヨガ歴42年。龍村ヨガ研究所長。NPO法人：沖ヨガ協会理事長)

<会費>セミナー費＝2万円(セミナー費のみ下記へ振込。(10月20日締め切り予定))

宿食費1泊2日4食(精進料理)と黄檗禅指導＝12500円(当日支払い)*現地集合です。

対象：どなたでも可能。特に龍村ヨガHHC等養成受講者・ヨガ指導希望者など。

募集：20名程度の予定(定員になり次第締め切り。希望者は早めに申込み下さい)

<京都会場>黄檗山万福寺関連施設：財団法人：青少年文化研修道場

(京都駅からJR奈良線「黄檗」駅下車右へ徒歩5分。京阪「黄檗」駅下車徒歩10分。

611-0011 京都府宇治市五ヶ庄三番割35 Tel0774-32-1365. Fax32-9123

<交通例>JR奈良線・京都発①09:07、②09:16 ⇒黄檗駅着①09:32、②09:42

<申込>龍村ヨガにメールで予約し下記に送金⇒龍村ヨガメール=tatsumurayoga@ybb.ne.jp

又は龍村携帯=09049308213,携帯メール=tatsumura21yoga@softbank.ne.jp

入金先=郵便振替 番号00290-1-75314 名義=龍村修。振込用紙に京都合宿と記入必要。

<主催=龍村ヨガ研究所 257-0014 神奈川県秦野市今泉 646-13。Tel/Fax0463-85-3033>

●関西での龍村修指導のコース(1回①3000円、②4500円)

①西宮ホリスティック・セラピカル・ヨガ(土曜) 10～12時<10/19, 11/9, 12/21, 新年1/11, 3/15>

⇒申込み=神園愛子(090-6607-3588) メール=aiko0421@docomo.ne.jp (以前とメールad変更)

②ホリスティック・ヘルス・コンサルタント養成講座(土曜) 昼C13:30～16:00,夜C17:30～20:00

日程=上記に同じ。会場=近鉄・JR{河内永和}東大阪市民会館。申込み⇒岡橋悦子=090-4569-9189。

③第3期：関西龍村ヨガインストラクター養成集中講座 (進行中ですが、途中からでも参加OK)

11/30(土)、12/1(日)、12/8(日) 9時～17時。西宮市民会館等(阪神西宮) 申込み=神園愛子