

NPO 法人日本 YOGA 連盟理事長 指導

宇部実智子 特別セミナー

介護予防 YOGA (認知症予防含む)

健康長寿社会の為に (令和元年6月11日)

～誰もがイキイキと生きたい願いのサポートの為に～

令和元年となり新しいスタートです。盛岡より宇部先生を迎えます。超高齢者社会になる日本で必要なヨガ、高齢者がより健康に生きるためのヨガ、介護を必要としない為のヨガを学びましょう。ヨガ指導員、また目指す人、また健康長寿の為にヨガを実践しようとしている人の為の講座です。ヨガ指導員には是非学んで頂きたい内容です。知友お誘いの上、ぜひご参加ください。合掌 (龍村)



.....
<講師紹介> 宇部 実智子

NPO 法人日本 YOGA 連盟 理事長。

プロフィール S.33 年 岩手県盛岡市生まれ。在学中に渡米し心理学に出会い児童心理学を学ぶ。

帰国後様々な幼児教育の学びを経て、ホリスティックヘルス学を意識を広げた「知育・体育・徳育」が欠かせないとし心身健康法を学ぶ。気功・座禅・ヨガを学びながら、整体学、温熱療法、リンパマッサージ、音楽療法などの心身ケア技術を習得。ガイアネットワーク YOGA STUDIO の代表。

.....
【日時】 令和元年 6 月 11 日 (火) 13:00～16:00

【会費】 4 千円 (当日払い)

【定員】 14 名 予約者早い者順です。

●資料の準備がありますから、必ず予約下さい。

予約は⇒宇部実智子メール=yoga369@i.softbank.jp

.....
<会場> 龍村ヨガ研究所：東中野教室

中野区東中野 4-9-1 の 4F 第一元太ビル

交通：JR 線「東中野」駅東口下車徒歩 1～2 分。

*東中野駅東口下車し、北側階段を降りて、トルコ料理とハンコ屋の間の道を 50m JOYFIT24 というビルの向い側のビル。イタリア料理店の横の階段を上がる。

<主催> 龍村ヨガ研究所 (257-0014 神奈川県秦野市今泉 646-13)

osamu.tatsumura@gmail.com 又はスマホ 090-4930-8213 (龍村)