

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

健康長寿社会の為に (28年12月12日)

～誰もがイキイキと生きたい願いのサポートの為に～

この講座は、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す。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

.....
<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に意識を広げた「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> 28年12月12日(月) 09:30～12:00

<会費> 4千円 <下記: 龍村口座に前納=3500円>

●日本ヨガ連盟の活動説明 30分程、講座終了後行います。興味ある方は残して下さい。

.....
<会場> 沖ヨガスタジオ内 : 龍村ヨガ・東中野教室

中野区東中野 3-16-14 小谷ビル 3F (駐車場の奥のエレベーターを上がる)

交通 : JR&大江戸線「東中野」駅西口下車徒歩4分。東西線「落合」下車徒歩2分。

*東中野駅西口下車し山手通り渡り東中野ギンザ通り直進、早稲田通りに出たら右へ10m。右側駐車場の奥のエレベーター3階。 *落合駅下車1番出口を出て、左へ250m。

<入金先> 郵便振替口座=00290-1-75314. 加入者名義=龍村修

*振込用紙通信欄に必ず、「12/12セミナー」とお書き下さい。

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

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