

広島日印協会主催
「インドヨガ体験会」

広島日印協会

【ご案内】

6月21日は国連の定める[国際ヨガの日]です。
ヨガは5000年前からインドに伝わる修行法です。
心と体と魂が調和し一体となり心身の緊張をほぐし心の安定と安らぎを得る実践です。
この度広島日印協会はこの日にあわせて体験会を開催致します。
是非インド古来の文化を味わっていただけましたら幸いです。
ご参加をお待ち申し上げます。

1. 日時:6月21日(日) 10:00~11:30(受付 9:30~)
2. 場所:広島市留学生会館 2F ホール(広島市南区西荒神町1番1号)
3. 内容:ヨガと笑いヨガの体験会
 ヨガ(ストレッチ・呼吸法・アーサナ・他)
 笑いヨガ(笑いによる有酸素運動・呼吸法・リラクゼーション)
 ※効果:免疫力アップ・転倒防止・チャクラ活性・ストレス解消・脳の活性化

4. 講師:

橋本真知子さん

- * インド中央政府公認ヨーガ教師
- * 日本ヨーガ療法学会ヨーガ療法士
- * 日本統合医療学会療法士
- * 日本アーユルヴェーダ学会員
- * 笑いヨガリーダー
- * (株)モイスティーヌ広島販売 代表取締役
- * (株)マニーシャ取締役

のままりこと広島笑いヨガ研究会の仲間たち

- * 広島笑いヨガ研究会代表
- * 笑いヨガアンバサダー
- * 笑いヨガティーチャー
- * インド中央政府認定ヨーガ療法士
- * 日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
- * 日本ヨーガ療法学会常任理事
- * 日本統合医療学会認定ヨーガ療法士
- * 日本アーユルヴェーダ学会会員
- * シャンティ・ハーツ代表

5. 会費: 広島日印協会 会員 無料
非会員(インドの方) 無料
非会員(上記以外) 500円※
※当日会場でお支払いください。

6. 定員: 30名

7. その他(注意事項):

服装 動きやすい服装

持参品 ヨガマット(お持ちでない方はバスタオルでも可)

8. お申込み:

Formsより返答、または申込用紙に必要事項をご記入の上 FAX もしくはメールで
広島日印協会事務局までお申し込みください。

6月12日(金)までに返信いただきたく、宜しくお願いします。

【申込用紙】

イベント名	インドヨガ体験会		広島日印協会 会員の方は○
代表者	氏名		
	氏名（ふりがな）		
	ご連絡先	メールアドレス※	
		FAX	
電話			
一緒に参加 される方	1	氏名	
		氏名（ふりがな）	
	2	氏名	
		氏名（ふりがな）	
	3	氏名	
		氏名（ふりがな）	
	4	氏名	
		氏名（ふりがな）	
	5	氏名	
		氏名（ふりがな）	

※ご登録いただくメールアドレスについて、
 キャリアメール(@docomo.ne.jp、@ezweb.ne.jp、@softbank.ne.jp など)をご利用の場合、
 迷惑メール設定により当方からのメールが届かないことがあります。
 必ず「@satake-japan.co.jp」からのメールを受信できるよう設定をご確認いただくか、
 Gmail や Yahoo メールなどの PC メールをご登録ください。

【申込先】

広島日印協会事務局

〒739-8602 広島県東広島市西条西本町 2-30 株式会社サタケ内 担当:近宗

TEL:082-420-8512 FAX:082-420-8612

E-mail:jiah@satake-japan.co.jp