

世界が認めた
ヨガの第一人者
が群馬の森に！

木村慧心先生 ワンデーセミナー in 群馬

認知行動療法としての

ヨーガ療法

2026年3月1日(日)

10:00～15:00

群馬の森近代美術館
森のレストラン ころむす

お申込み

<https://ws.formzu.net/fgen/S15536824/>

または右のQRコード
をお読みとりください

申し込み締め切り：2月22日



参加費

- ・会場参加：7,000円
(ベジランチ、ドリンク付き)
 - ・オンライン参加：5,500円
(ランチ時間は配信ナシ)
- ※ヨガマットをご用意ください

ヨーガをさらに深めたい方も
初心者も安心してご参加ください

森のレストランにて座学

新書『ヨーガ療法のRNA遺伝子
発現と認知行動療法』の出版を記
念して、ヨーガ療法や日常に活か
せるヨーガの智慧を、わかりやす
く講義していただきます。



ヨーガ療法体験

ヨーガ療法や伝統のヨーガの
技法(体操、呼吸法、瞑想)が
なぜRNA発現を起こし、認
知行動療法になるのかを実際
に体験していただきます。



ランチしながら質疑応答

安心で安全な地元産の食材を
使用した、ころむす特製のベ
ジランチをいただきながら、
木村先生に自由に質問や相談
をしていただけます。



主催

日本ヨーガニケタン東京支部

mail : tokyo@yoganiketan.jp

共催

(NPO)日本ヨーガ療法士協会群馬

木村慧心 (きむらけいしん)

WHOヨーガ指導基準策定委員

世界のヨーガ療法を牽引する、ただ一人の日本人。

インド・ヒマラヤで修行を積み、聖名「ギヤーナ・ヨーギ」を拝受。

伝統のヨーガに科学的なアプローチを融合させだ”ヨーガ療法”を確立。

WHO (世界保健機関) のヨーガ指導基準策定委員を務め

インド政府から第1回「インド首相賞」を授与。

ヨーガの母国、インドのヨーガ大学や大学院で客員教授として教鞭をとる、

世界でヨーガの新時代を切り拓いた第一人者。

