

ヨーガ療法ハーフdayセミナー・那覇

ヨーガ療法は健やかに生きる智慧・日々の生活への活かし方を学びましょう

高齢者にも体や心に不調のある人にも安全に効果を出せるヨーガのプログラムを提供するのがヨーガ療法です。
健康増進のためにヨーガをとりいれたい人、指導したい人に最適です。
ヨーガ療法のパイオニア木村慧心先生の話聞ける貴重な機会をお見逃しなく！

こんなお困り事
ありませんか？

睡眠の質
改善できた
らいいな

心身の不調
を整えたい

日常生活に
ヨーガをとり
いれるには？

ストレス
とうまく
つきあうに
は？

自分や周囲の
人々の健康に
役立てたい！



講師：木村慧心先生

1947年群馬県前橋生まれ。1969年東京教育大学理学部卒業。一般の人や心身に不調を持つ人にもヨーガをしてもらえるようにと、伝統的なヨーガと科学的なアプローチを組み合わせたヨーガ療法を発展させ、その功績と普及に多大な貢献をしたとして“第1回インド首相賞”を受賞。国内外での要職を務める。

日本ヨーガ療法学会理事長
日本統合医療学会理事
日本アールヴェーダ学会理事
日本ヨーガ・ニケタン名誉顧問
インドsVYASAヨーガ大学大学院客員教授
sVYASAヨーガ大学DDEコース日本総責任者
WHOヨーガ指導基準・策定作業部会委員
世界ヨーガ療法連合創設役員
アジア太平洋ヨーガ療法会議代表役員

5月31日(土) 10:30~13:00

会場：沖縄県共同参画センター ていりる研修室・1
参加費：2200円 (当日現地払い可)



* zoomオンライン参加も可能 (URLは後日お送りします。)

ていりるアクセスはこちら

申し込み：日本ヨーガ・ニケタンwebサイト

<https://www.yoganiketan.jp/>

問い合わせ：NPOヨーガ療法士協会・沖縄

yogatherapy.okinawa@gmail.com

080-1718-1443 安達



申し込みはこちらから