

ストレスに強い心身作りのセルフケア法

伝統的ヨーガとヨーガ療法

-halfディナー

伝統的ヨーガをとり入れたヨーガ療法の理論と実習法を
ストレスに強い心身作りのセルフケア法として、わかり
やすくご紹介いたします

11/28
(土)

① 10:00-13:00

② 14:00-17:00

会場:大宮ソニックシティ7F 706会議室
WEB(ZOOM)参加も可能!

定員:現地受講は①、②ともに20名まで
(インターネット配信の受講は定員ありません)
参加費:①②ともに3000円(税込み)
持ち物:現地参加の方はヨガマットをお持ちください。



【講師】木村慧心 きむらけいしん

(一社)日本ヨーガ療法学会理事長
日本ヨーガ・ニケタン代表

お申込み

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



お問合せ

日本ヨーガ・ニケタン東京支部 tokyo@yoganiketan.jp

特典

セミナー参加者には、
ヨーガ教師養成講座受講費割引制度があります。