

ヨーガ療法 ハーフデイ・セミナー IN 大阪

参加費
3,300円
(税込)

2026.6.20(土) 13:30-16:30

心と体を癒すセルフケアとしてのヨーガ療法を
体験しませんか？ どなたでも参加大歓迎！

世界が認めたヨーガの
第一人者、木村先生が
わかりやすく教えてく
ださい。

POINT

- 体が固くても、病気や不調のある方でも安心して行える。
- ヨーガ哲学でストレスや心の癖を知り改善して、仕事・
家庭でも心健やかに過ごせる。
- 伝統と科学的な根拠から、安全で効果的な方法
- BMRT（身心調整トレーニング）法で、内側からの閃きを
つかむ。

< セミナー内容 >

- ヨーガについてのお話
- 体操、呼吸法、瞑想
- 質疑応答

会場： 茨木市市民総合センター 2階
多目的ホール
茨木市駅前四丁目6番16号
072-624-1726

※オンライン受講もOK
【ZOOM配信】

持ち物： ヨガマット又は敷物、
動きやすい服装



講師 木村 慧心先生

【講師プロフィール】 1947年群馬県前橋市生まれ。1969年東京教育大学理学部卒業。スワミ・ヨーガシヴァラナンダ大師より聖名（ギャーナ・ヨーギ）を拝受して得度し、ラージャ・ヨーガ指導を開始。国外で2019年6月ヨーガ普及と発展に多大な貢献をした海外2名の内の一人として第1回インド首相賞を授与されている。インドのsVYASA大学院客員教授。WHOのヨーガ指導基準・策定作業部会委員などを努めている。現在、ヨーガや内観法をもとにヨーガ療法士養成講座等の研修会、講演活動等に従事。

お申込み方法：WEBフォームまたはQRコードからお申込みください。

<https://ws.formzu.net/fgen/S84236132/> ×



【お問合せ先】日本ヨーガ・ニケタン関西支部 kansai@yoganiketan.jp
主催：日本ヨーガ・ニケタン 協力：NPO法人日本ヨーガ療法士協会・大阪