インターナショナルヨガセンター特別ＷＳ

第1回宇都宮　全国みんなで楽しくラジヨガ体操

ラジヨガ指導者養成WS・参加者にはIYC　認定書授与！

ラジヨガ体操をおぼえて皆に教えましょう

ラジヨガ体操とは

2008年秋BSフジTVにてラジヨガ体操の番組放映。IYC主宰ケンハラクマ考案の４分間で１３のヨガポーズを無理なくどなたでも楽しく行え、毎日行なう事でカラダの健康と精神の安定に役立つ体操です。

ラジヨガ指導者認定ワークショップの内容

このワークショップではステップ的にラジヨガのポーズを実践しながら、その教え方を学びます。年齢・性別に全く関係なく参加でき、また歩くのに不自由な方でも椅子に座っても行なえます。WS修了後IYCラジヨガ認定講師として全国どこでもお好きな場所で教えることができます。

日　時：２０１２年０９月１７日（日）１３：００～１５：００　２時間ワークショップ
場　所：KulaSMILE　http://www.kulasmile.net/
住所：宇都宮市宿郷3-22-1岡本ビル501号

参加費：８，０００円　定員１０名　※定員になり次第締切ますのでお申込はお早めに！

講　師：湊　有紀（IYC講師＆INEX札幌主宰）http://www.inhalexexhale.com

参加申し込み方法：sapporoiyc@yahoo.co.jp　へ
件名「宇都宮ラジヨガTT参加希望」本文中に ①お名前（ふりがな）②ご連絡先③ご住所④返信用メールアドレス⑤顔写真　を明記の上、お申し込み下さい。その後、返信メールの際にお送りします指定口座へお振込をお願い致します。

☎　080　1888　7597　電話受付：9：30～21：30　みなと迄