



仙台開催  
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いすに座って行なえます。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。

\* ヨガフェスタ横浜でも大変分かりやすいと大評判のケンハラクマ氏のラジヨガ指導者養成プログラムを仙台で体験できます。男女・年齢に関係なく、お子様からお年寄りまでヨガに親しめるプログラムとして是非参加してみてください。では会場でお会い出来るのを楽しみにしています。

【日時】

2013年01月27日(日) 14:00~16:00 2時間ワークショップ

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で大好評！)

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。

**【主宰】**

仙台ヨガ

**【会場】**

HOLT Ypga Sendai

**【住所】**

宮城県仙台市青葉区本町2-14-20大貴本町ビル2階

**【講師】**

湊 有紀（IYC講師） 湊 洋二（IYC札幌主宰 IYC講師）

**【参加費】**

8,000円（税込）

**【予約・お問い合わせ】**

メールアドレス [sapporoiyc@yahoo.co.jp](mailto:sapporoiyc@yahoo.co.jp) までに

件名に 『仙台ラジヨガ指導者養成クラス参加希望』

本文で ①お名前 ②生年月日 ③ご住所 ④ご連絡先 ⑤返信用メールアドレス ⑥顔写真をご記入の上お申し込みください。

※定員になり次第締切らせていただきます。お申込はお早めに！