

# ラジヨガ講師養成講座開催！！

★2時間の講座でラジヨガ講師になれます！



【ラジヨガとは？】

日本におけるアシュタンガ・ヨガの第一人者、ケン・ハラクマ氏考案のラジヨガ体操。

ラジオ体操のように、年齢・性別問わず、誰でも無理なく、楽しくヨガができるよう、

**ヨガの要素と効果** を約4分間、13ポーズに集約させた「ラジヨガ」。

そのラジヨガの 指導者認定講習 [蘇我勤労市民プラザで開講です！](#)

指導者の方からヨガを始めたばかりの方まで、どなたでもご参加いただけます。

【開催日時】 2014年 4月26日土曜日 17:00～19:00 (受付 16:45～)

【参加費】 8,208円(消費税込み: お問合わせ後お支払い方法をお伝えします)

【対象】 ヨガ初心者～経験者 (講座終了後ラジヨガ指導者認定書を授与)

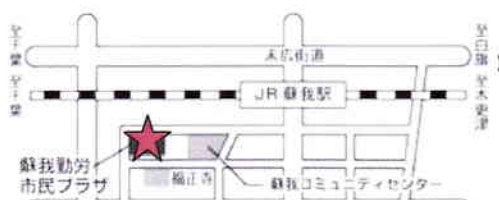
【場所】 蘇我勤労市民プラザ 1F エアロビクス室

お問合わせ【ご予約3日前】: 090・9808・4924 代表: 長谷辺 (はせべ)  
e-mail: amaterasubalcony5yoga@rg7.so-net.ne.jp  
hp: amaterasubalcony.jimdo.com/



アマテラスバルコニー  
- ヨガができる人から、どなたでも -

地図: 蘇我勤労市民プラザ (蘇我駅西口徒歩4分) 中央区今井1-14-43



- ・ 全米RYT 200時間
- ・ IYC ラジヨガ講師養成 (LV2)
- ・ インスタイル シニアヨガ養成講座
- ・ サン&ムーン リストラティブヨガ 修了

: 講師紹介

