

ケン・ハラクマ特別WS

『アシュタンガヨガフルプライマリー』

心と身体と繋げてエネルギーチャージ！！

7月17日(金)

10:00～14:00

YMCメディカルトレーナーズスクール
大阪・梅田校

IHTA会員：¥8,000

一般(会員以外)：¥10,000

基礎から学ぶアシュタンガヨガフルプライマリーシリーズ。初めてアシュタンガヨガを始める方も、アシュタンガヨガを深めたい方も、呼吸の仕方、エネルギーロック(バンダ)、視点(ドリストイ)をケンハラクマ先生によりわかりやすくガイドします。プライマリーシリーズで心と身体にエネルギーチャージしましょう。



【申込方法】

IHTA国際ホリスティックセラピー協会ホームページにて。
<http://ihta.or.jp/>