

ケン・ハラクマ特別WS 「アシュタンガヨガ・ フルプライマリーと瞑想を 体験する極上のヨガな一日」

10/20 (木)

10:00～14:00

@YMC名古屋校

IHTA会員：¥8,000

一般：¥10,000

ヨガの重鎮ケン・ハラクマ氏による「極上のヨガな一日」を堪能しましょう。アシュタンガヨガ・フルプライマリーの体験によりエネルギーをチャージし、瞑想体験で手放すべきものをそぎ落とす。よりシンプルになれる4時間。ヨガ経験者や指導者はもちろん、初心者の方でも安心して参加して頂ける内容になっております。

【持ち物】

ウェア、水、タオル、着替え

申込は、IHTAホームページから↓
<http://ihta.or.jp/ihta-seminar-top/>



International Holistic Therapy Association

