

IYC京都 2012年8月

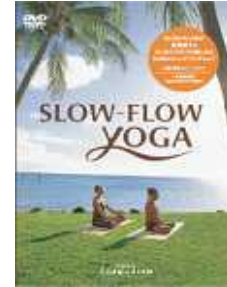
IYC ヨガベーシック指導者養成コース

SLOW-FLOW YOGA 講師:ケンハラクマ

SLOW-FLOW YOGA は呼吸にあわせてゆったりと流れるように気持ちよく体を動かしていくヴィンヤサスタイルのヨガプログラムです。プログラムは大きく分けて以下の4つのパートから構成されています。

1. 朝のパート:活力を養う。
2. 午後のパート:バランスを整えマインドを落ち着かせる。
3. リラクゼーション:体のストレスを取り除く。
4. 瞑想:自分を見つめる。

本コースでは、ヨガのアサナ(SLOW-FLOW YOGA)の実践、指導方法、アジャストメントや、ヨガの理論を取り入れたライフスタイルについて学んでいきます。



【日時】

2012年8月22日(水)、23日(木)

2日間コース

22日 9:00-20:00

23日 9:00-19:00

合計21時間

【場所】 IYC京都・京都ヨガ 五条スタジオ

京都市下京区河原町松原下ル植松町725-3 片岡ビル304

【定員】 25名

【プログラム内容】

- ・ヴィンヤ - サスタイルのアサナの練習
(太陽礼拝、スタンディング、座位のポーズ、寝のポーズ、リラクゼーション、瞑想)
- ・指導方法
- ・アジャストメント及び簡単なヨガ哲学と yogic ライフスタイル等。



【参加申込資格】

今までに多少ヨガ経験があり明るく元気な方。
男女・年齢を問いません。

【指導資格】

コース最終日にIYC講師(SLOW-FLOW YOGA)認定書を授与いたします。
コース修了後、お好きな場所で「IYC:SLOW-FLOW YOGA」クラスを教えることが出来ます。

* IYCホームページ上の「IYCコミュニティ」への登録可(詳細はコースにてご説明致します)

【参加費】

120,000円

(最終日に、ケン・ハラクマより指導者認定書を授与)

<http://www.iyc.jp/instructors/iyccommunity>

【参加申込方法】

メール: kyotoiyc@yahoo.co.jp Tel: 075-351-3311

“メールにて件名欄に「[IYC京都]2012年8月ケンハラクマのSLOW-FLOW YOGA養成参加希望」と明記の上、氏名(フルネーム)・生年月日・ご住所・携帯番号と、顔写真1枚添付の上、IYC京都宛(上記メールアドレス)までお申込みください。

* 定員になり次第締め切ります。参加費支払い後正式申込完了。

【参加費の支払方法】

銀行振込み

下記口座に申込から10日以内にお振込ください。振込を待ちまして申込完了となります。

【振込先】 インターナショナルヨガセンター京都・京都ヨガ

口座名義: アナオヨウコ

みずほ銀行 四条支店 普通口座 口座番号: 1728307

【キャンセルについて】

・コース開始日の1か月前までキャンセル料はかかりません

・コース開始日の10日前迄: キャンセル料30%

・コース開始日の10日前以降: キャンセル料100%

上記キャンセル料がかかりますのでご了承ください。

【講師プロフィール】

ケン・ハラクマ

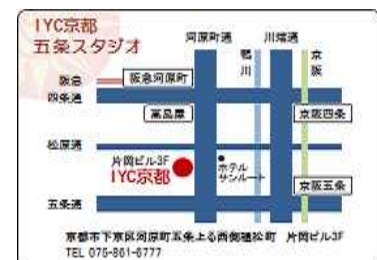
IYC国際ショナルヨガセンター(<http://www.iyc.jp/>), アシュタンガヨガジャパン(<http://www.ashtanga.jp/>) 主宰。

様々なヨガの実践経験をもとにわかりやすい指導でインストラクターの育成に努める。

日本全国及び海外でのワークショップ、合宿、指導者養成を多数開催。

【お問い合わせ】 メール: kyotoiyc@yahoo.co.jp

Tel: (代)075-351-3311 075-861-6777



インターナショナルヨガセンター京都・京都ヨガ

京都市下京区河原町松原下ル植松町725-3 片岡ビル304

Mail : kyotoiyc@yahoo.co.jp Tel : (代)075-351-3311 075-861-6777 URL : <http://iycyoto.blog108.fc2.com/>