

YOGA

やさしいヨガ

指導者養成コース

2015

7/19,25,26
(日,土,日)

KYOTO YOGA
HUMANE
YOGA
2015

KYOTO YOGA
HUMANE YOGA
TEACHERS
TRAINING 2015

日程: 2015年7月19, 25, 26日
時間: 10:00~17:00 (全21時間)
参加料: 129,600円
(京都ヨガ・IYC京都講師 108,000円)

講師: アナオヨウコ (京都ヨガ・IYC京都主宰)
参加資格:
京都ヨガ ハタヨガ&瞑想講座(初級・中級) 修了者等、
*これからハタヨガの講師として、
自らを高めて学びたい方はご相談ください。



KYOTO YOGA
HUMANE
YOGA
2015

KYOTO YOGA
HUMANE
YOGA
2015

KYOTO YOGA
HUMANE
YOGA
2015

KYOTO YOGA
HUMANE
YOGA
2015

からだに、
こころに、
やさしく、美しい

伝統的なハタヨガのポーズは、
美しく、やさしく、
私たちのこころとからだを、
整えていきます。

やさしく、深く、ゆっくりと、
内側へしみ込むヨガを
続けていきましょう。

「京都ヨガ やさしいヨガ」では、
本格的なヨガのポーズを、
大切に深く練習します。

【コース内容】

- ハタヨガとは
- 体力や精神力を高める練習
- ヨガを長く続けるために
- 「やさしいヨガ」のプログラム
- ハタヨガの主要な10ポーズと、
深く理解するための練習のポイント
- 初めての方や、深く学びたい方に
わかりやすい丁寧な指導の行い方
- ヨガの指導者として進むための
方向性や、在り方
- *ヨガの講師として、自らを高める
素晴らしい機会として下さい。

●お申込み・お問合せ:

京都ヨガ・IYC京都

住所: 京都市下京区河原町松原下ル植松町725-3 片岡ビル304
TEL: (代)075-351-3311
FAX: 075-861-6410
E-mail: kyotoyoga@yahoocorp.jp
URL: <http://kyotoyogaiyckyoto.com/>

京都ヨガ

IYC 京都
International Yoga Center Kyoto