



KYOTO YOGA

心から健康に 京都ヨガ

YOGA

美しいハタヨガ

指導者養成コース

2016

4/15, 22, 5/6, 13

(平日 金曜日)

美しく、
しなやかな、
からだところを、
求めて

美しいからだは、
健康でバランスのとれた状態。
それは、内側から輝いて、
自然に外側へと溢れていきます。

美しいところは、
自分自身の持っている能力を
認めて、ゆとりのある状態。
穏やかで前向きな生活へと
つながります。

「美しいハタヨガ」は、
スタンディングのアサナを中心に、
流れる様にしなやかに練習します。

【コース内容】

- 美しいハタヨガとは
- 深い呼吸をするための呼吸法
- 「美しいハタヨガ」のプログラム
- ハタヨガ深く理解するためのポイント
- 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、在り方など。

KYOTO YOGA
BEAUTIFUL YOGA
TEACHERS
TRAINING 2016

日程： 4月15, 22, 5月6, 13日(金)

時間： 10:00～15:00
最終日のみ16:00 終了(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：
どなたでもヨガが大好きな方は受講できます。
コースの最終日は、認定試験があります。

*講師認定後は、
美しいハタヨガ講師認定証を授与。
各地にて、京都ヨガ 美しいハタヨガクラスを
開講できます。詳細はご相談下さい。

●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:kyotoiyc@yahoo.co.jp URL:http://kyotoyogaiyckyoto.com/



京都ヨガ

IYC京都

International Yoga Center Kyoto