

KYOTO YOGA NEWS

2018年6月



6月スケジュール変更のお知らせ

●6/10(日)、6/17(日)のクラスを下記の通り変更しましたのでご確認ください。

New Schedule

6/10(日) ●五条スタジオ (3クラス)

7:30~フルプライマリー Yoshiko

9:00~アシタンガヨガ Yuka

11:00~ハタヨガ・リラックス&リフレッシュヨガ合同 Noriko

●ラヴィスタ二条スタジオ (全クラス休講)

6/17(日) ●ラヴィスタ二条スタジオ (2クラス)

9:30~男の朝活 (60分) Yoko.A

11:00~リラックス&リフレッシュヨガ Yoko.A

●6月も水分対策●

夏に向けて雨も多く蒸し暑い日が続きますね。この時期はクーラーや朝夕の冷え込みで体を冷やしやすいつきです。

水分を毎日しっかり摂って、しっかり体を動かして、余分な水分を排出することが大切。

食中毒予防のために食品を新鮮に保つことや、部屋や寝具などを清潔に整えることを心掛けましょう。

京都ヨガ 075-351-3311

<http://kyotoyogaiyckyo.com/>

Topix

●京都の新しい特別イベントに参加しましょう。

●6月10日(日) 京都市共催イベント(平安神宮参道)

「第1回京都ヨガ2018」1000人のヨガ参加決定。

京都をヨガの聖地にと、昨年1000人のヨガを受けて

毎年、京都で年1回「イベント 第1回京都ヨガ2018」が平安神宮参道で開催されることに決まりました。ぜひ一緒にしましょう。

第1回京都ヨガ大会2018

KYOTO YOGA 2018 6月10日(日)
京都で始まる ヨガイベント
みんなで参加しましょう!

会場：平安神宮参道

8:30~10:30 記念式典
(受付7:45~) 参道ヨガ(無料)

14:30~15:30 京都でアシタンガヨガ60分
アシタンガヨガ特別クラス (1,500円)
Yoko.A

event イベント

●6月も楽しいクラスや講座で学びましょう。

Kyoto Yoga
ハタヨガ中級
特別ワークショップ

第4日曜 13:00~15:00

美しい中級アサナと
深い呼吸の調和を体験



6/24
(日)

どなたでも
どうぞ!
楽しく
一緒に

初めてのヨガ

体験・特別相談会

五条 6/17(日) 二条 6/19(火)



ハタヨガ&瞑想

6/16(土)

特別講座 初級・中級

より深くヨガの基礎を学ぼう



Special Course ヨガ指導者養成・集中トレーニング

●ヨガ指導者養成コース ● どなたでも受講できます

●特別指導者養成コース ● 講座初級・中級受講済みの方

Relax & Refresh Yoga

**リラックス&
リフレッシュヨガ**

指導者養成コース

6/9,17,23
(土日土)

体を内側から楽しく
しっかりリフレッシュ。
体や心の疲れを癒します

こころをゆるめる

女性のための
男性のための
ハタヨガ

指導者養成コース

7/7,8,14
(土日土)

体や心に痛みがある時
や敏感な時ための
穏やかなヨガです。