



IYC京都 アシュタンガヨガ特別クラス

2008年8月24(日)、30(土)、31(日)、9月6(土)、7(日)

ヨガを深める20時間クラス

講師: Yumi Noda



IYC京都のクラスや養成コースを担当している素敵な先生です。
これからヨガを始める方、ヨガを深めていきたい方までどなたでもご参加頂けます。
自分自身のヨガを深めていくためのクラスです。是非ご参加ください。

8月24日(日)～9月7日(日) 計20時間

8月24日(日)	10時～14時	(4時間)
8月30日(土)	13時～18時	(5時間)
8月31日(日)	10時～13時	(3時間)
9月6日(土)	13時～18時	(5時間)
9月7日(日)	10時～13時	(3時間)

内容: アサナ以外も含めて自身のヨガを深めていくためのクラスです。

フルプライマリーの実践

フルプライマリーのアライメント

ハーフまでのアジャストメント

ハーフまでのサンスクリットによるカウントの仕方

座学(伝える事を通して自身のヨガを深めていく事とは など)

場所: IYC京都 五条スタジオ

参加費: 45,000円 (マイソールパスや普段10、20回券で来られてる方は5000円引き)

お支払: 当日会場にてお支払下さい。

定員: 20名

開催地: IYC京都 五条スタジオ

お申込み・お問合せ:

IYC京都五条スタジオにて、又は、

件名に「IYC京都 ヨガを深める20時間クラス申込」を明記の上、

お名前 ご住所 携帯電話番号を、E-mail、又はお電話にて、下記へご連絡下さい。

定員になり次第締め切りますので、お申込はお早めに！！

IYC京都 TEL:075-861-6777 /

E-mail: kyotoiyc@yahoo.co.jp

住所: 京都市下京区河原町松原下がる植松町725-3 片岡ビル3F

(阪急河原町駅より徒歩約15分、京阪五条駅より徒歩約5分、JR京都駅よりバス、タクシー10分程)