



## IYC京都 アシュタンガヨガ特別ワークショップ

# 追加決定！ ケン先生 夏の少人数マイソールスタイル2Days 2010年8月7、8日

卓越したアサナ それは意識を集中させることにより実現する広がりと美しさ。

集中的なアサナ練習とプラナヤマ、瞑想の実践など、ヨガを理解する為に大切なことを学ぶ質の高い2日間です。全く初めての方からインストラクターレベルの方までどなたでも楽しめる充実した内容です。是非ご参加ください。



様々なヨガの実践を経て、現在の師Sri K Pattabhi Jois 師よりAshtanga Yoga の直接指導を授受。  
2003年日本人で初めてAshtanga Yoga の正式指導資格を取得。現在インドAYRIにて(Advance Series)上級者シリーズを、  
パタビジョイス師、シャラス・ランガスワミ師より直接伝授修練している。  
インターナショナルヨガセンター・アシュタンガヨガジャパン・ミュージアム東京主宰

### 8月7日(土) 7:00~9:00 少人数マイソールスタイル特別クラス

インド・マイソールで行っているスタイル

7:00~ 7:15~ 7:30~

- ・各クラス 8名の少人数による練習です。
- ・ある程度ポーズの順番を覚えた方におすすめですが、初心者の方にも丁寧に指導いただける貴重なクラスです。
- ・マイソールスタイルが初めての方もご参加頂けます。

### 8月8日(日) 7:00~9:00 少人数マイソールスタイル特別クラス

インド・マイソールで行っているスタイル

7:00~ 7:15~ 7:30~

- ・各クラス 8名の少人数による練習です。
- ・ある程度ポーズの順番を覚えた方におすすめですが、初心者の方にも丁寧に指導いただける貴重なクラスです。
- ・マイソールスタイルが初めての方もご参加頂けます。

定員: 各時間 8名

参加料: 1クラス ¥5,000      2クラス ¥9,000  
 1クラス ¥4,000      2クラス ¥8,000

参加料割引: IYC各養成コース・アシュタンガヨガ短期集中・108時間中級受講済の方(ラジヨガ体操養成WS除く)

持ち物: 動きやすい服装、タオル、ヨガマット(レンタル有り・申込要)

開催地: IYC京都 五条スタジオ

お申込み・お問合せ:

IYC京都五条スタジオの予約表に直接記入頂くか、又は、  
 件名に「IYC京都 ケン先生少人数マイソールスタイル2Days申込希望」と明記の上、  
 “ご希望クラス、マイソールクラス希望時間 ~、参加料”、  
 お名前、ご住所、携帯電話番号を、E-mail、FAX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: 京都市下区河原町五条上る西側植松町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)

