



第4回 国際ヨガの日 in 石川

YOGA HAPPINESS 2018



日 時 6月17日(日)

受付:13:30~

1部:14:00~14:40

「健やかヨーガ」(高齢者・車いすでの参加可)

2部:15:00~15:50

「リフレッシュ・ヨガ」

会 場 野々市市文化会館フォルテ・小ホール

参加費 **無料**

※動きやすい服装でお越し下さい。

※飲み物・ヨガマットをご持参下さい。(貸出しもあります)

主催：石川インド協会

共催：インド大使館・野々市市・NPO法人日本ヨーガ療法士協会石川

後援：石川県・(公財)石川県国際交流協会・野々市市国際友好親善協会

・(公財)金沢国際交流財団・北國新聞社

■プログラム

13:30-	受付
13:50-	開催挨拶
14:00-	1部: 健やかヨーガ 高齢者の方でもリハビリ中の方でも安全にできる椅子を使ったヨーガです。
14:40-	休憩
15:00-	2部: リフレッシュ・ヨガ 日頃の心身の疲れをとり、リフレッシュするヨガです。
15:50-	閉会

■お問合せ

石川インド協会: 〒921-8824石川県野々市市新庄3-137

実行委員(井上) Mobile: 090-7745-5206

E-mail: rem09150087@yahoo.co.jp

■会場案内

野々市市文化会館フォルテ・小ホール
(石川県野々市市本町5-4-1)

TEL:(076)248-8000



◎お車で越しの皆様へ

当日別のイベントと重なった場合、駐車場が混雑する恐れがあります。混雑している場合は、第5・第6Pをご利用ください。

■国際ヨガの日・関連イベント

- * 洞窟ヨガ (6/21) ランプの宿(住所)にて
- * チャリティヨーガ 随時開催
- * 宝円寺ヨガ 毎月開催