

SHODOSHIMA INTERNATIONAL DAY OF YOGA

小豆島国際ヨガデー

2019年6月2日 10:00~16:00

開催場所：リゾートホテル オリビアン小豆島



このイベントによる収益はすべてチャリティーで寄付させていただきます。

当日のヨガ内容

国際ヨガデーとは：ヨーガ発祥の国、インドのモディ首相が国連にて提唱し、177ヶ国の賛同を得て採択された「国際ヨガデー」は、世界中で人々がヨーガを楽しみ、体・心、そして社会の健康を育む日です。

ヨーガ療法

伝統的ヨーガの技法や智慧を使ってだれにでもできるように考えられたものがヨーガ療法(セラピー)です。

笑いヨガ

人は誰でも幸せに生きられるんだということに気づいていただく微笑みのヨガです。

やさしいヨーガ

若い人から高齢者までだれでもできるやさしいヨーガです。

クリパルヨガ

インドのヨギ、スワミ・クリパル師の教えに基づいた伝統的ヨガで、ポーズ・呼吸法・瞑想を融合することで、より深く自己を観察することを目的としています。

フェルデンクライス メソッド

フェルデンクライスメソッドは、ゆっくりとやさしくからだを動かすことで習慣化してしまったからだの動きに「気づく」という学びのプロセスから、動きの質の向上を目指していきます。

ヨガ講師紹介

毛塚由希子先生(大宮)
日本ヨーガ療法学会



三浦敏郎先生(東京)
クリパル・ジャパン



森岡美智先生(高松)
笑いヨガ



沖倫太郎先生(広島)
フェルデンクライス
メソッド



柳智子先生(小豆島)
香川ヨーガ道友会



お申し込みは200名で
締め切らせていただきます。

当日の必要なもの・**ヨガマット必要** (なければバスタオル,レジャーシートでもOK)
・動きやすい服装、飲み物

アクセス：開催場所のホテルオリビアン小豆島までは土庄港より送迎バスがあります。詳細はお問い合わせください。

初めてでも
安心です！

お申込方法 お問い合わせ

振込後メールでご連絡ください(振込先：ゆうちょ銀行)

✉ shimayogaday@gmail.com

前売料金：3,000円、当日料金4,000円 (税込)

ホテル オリビアン小豆島のランチバイキング付き

メール



お申し込み
締切日
5月15日



<https://www.shimayoga.net>

振込みの際の証明書を当日必ずお持ちください。
証明書が入場券の代わりになります。

振込先 _____
《ゆうちょ銀行間のお振り込みの場合》
記号 01670
番号 0-133480
口座名 小豆島国際ヨガデー実行委員会

振込先 _____
《他行からゆうちょ銀行へのお振り込みの場合》
記号 169 【イチロクキュウ】
預金種目 当座
番号 0133480
口座名 小豆島国際ヨガデー実行委員会



ホームページ

※イベント参加中の怪我等に対し、一切の責任を負いかねますので、ご了承ください。

後援：インド大使館、香川県、土庄町、小豆島町、土庄町教育委員会、小豆島観光協会、四国新聞社
一般社団法人 日本ヨーガ療法学会、日本ヨーガ・ニケタン

主催：小豆島国際ヨガデー実行委員会

小豆島国際ヨガデー

2019年6月2日

会場 リゾートホテル オリビアン小豆島
10:00～16:00

- ・ヨーガ発祥の国、インドのモディ首相が国連にて提唱し、177ヶ国の賛同を得て採択された「国際ヨガデー」は、世界中で人々がヨーガを楽しみ、体・心、そして社会の健康を育む日です。

参加者募集



当日内容

- ・ヨーガ療法士によるヨーガセラピー
- ・クリパルヨガ
- ・笑いヨガ
- ・やさしいヨーガ
- ・フェルデンクライスメソッドなど
(どなたでも参加できる内容です)

webページはコチラ↓
<https://www.shimayoga.net>



当日必要なもの：ヨガマットは必要。飲み物
ヨガマットがない方はバスタオル
レジャーシートでも大丈夫です
服装：動きやすい服装であればなんでもOK
(ジャージ、Tシャツ、短パン等)

開催場所のホテルオリビアン小豆島までは土庄港より送迎バスがあります。詳細はお問い合わせください。

前売料金：3,000円、当日料金4,000円(税込み)

ホテルオリビアン小豆島のランチバイキング付き料金です。



shimayogaday@gmail.com



後援：インド大使館、香川県、土庄町、小豆島町、土庄町教育委員会、小豆島観光協会、四国新聞社
一般社団法人 日本ヨーガ療法学会、日本ヨーガ・ニケタン

主催：小豆島国際ヨガデー実行委員会