



2015年、国連は6月21日を『国際ヨーガの日』に制定しました。世界各地でヨーガのイベントが開催されます。

国際ヨーガDay

日 時:2019年6月15日(土)10時~

会 場:中央駅前イオンキャンセビル8階

鹿児島市勤労者交流センター多目的ホール

参加費:無料

持ち物:ヨガマット、飲み物

スケジュール

9:30 ~ 受付開始

10:00 開会宣言・幹事長挨拶

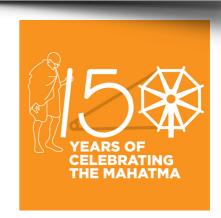
10:05~10:20 講話「ヨーガって何?どんな効果がある?」 10:30~11:45 ヨーガ実習(希望に分かれて)・質疑応答

A:体が固くても不調があっても出来るヨーガ

B:A+アクティブ・ヨーガ

11:50 閉会宣言・チャリティヨガ案内

https://yogaryouhou-kg.amebaownd.com



チャリティへのご賛同をお願いいたしますイベントの収益はNPO法人国際セーヴァの会を通じて『タイの子供支援ボランティアカー購入のためのチャリティ基金』に寄付されます。

お問い合わせNPO法人日本ヨーガ療法士協会・鹿児島 070-5695-4652(中野)、090-7393-5679(山下)

