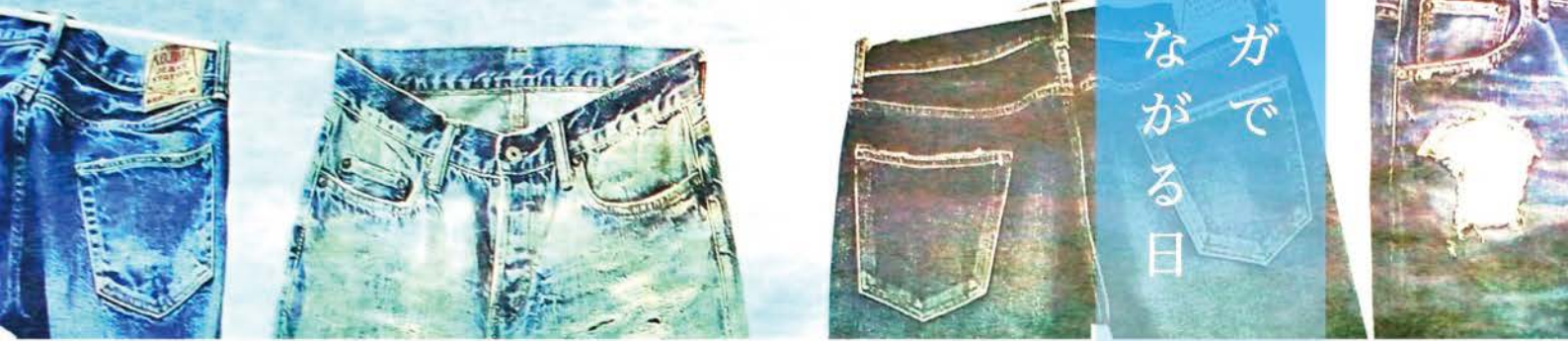


地球が
ヨガで
つながる日



初めての方も経験者も、大人も子どもと一緒にヨガを楽しみましょう！

国際ヨーガデイ in 児島

Kokusai yoga day in kojima



2019 **6.2** SUN

10:00 – 16:00

〈受付 9:30〜〉



会 場

児島市民交流センター [交流棟]

岡山県倉敷市児島味野2丁目2番38号

入場料

2,000円

チャリティー企画

※経費を除き西日本豪雨災害に寄付致します。

各クラス受講無料

中学生以下無料 (保護者同伴でお越しください)

詳しくは
裏面へ

主催：NPO法人日本ヨーガ療法士協会岡山 後援：インド大使館 山陽新聞社
“ヨーガでストレスマネジメントプロジェクト”ももたらう基金助成事業

「ヨーガを知る・楽しむ・味わう・つながる」

国連は毎年6月21日を「国際ヨガの日」に制定しました。
6月は世界中でヨーガの行事が行われます。
昨年につき、今年も児島でヨーガイベントを6月2日に開催いたします。

兵庫県から
キッズヨーガ歴
33年”伊藤華野
先生“が駆けつ
けてくれま
す!!

参加講師

● 呼吸が深まるセルフケア



田坂昌士
Tasaka Masashi
ととのいぬ mui 代表
チネイザンセラピスト/タイ
政府公認伝統医療協会認定
校講師
倉敷市在住

● ヨーガ療法



河合弥土理
Kawai Midori
認定ヨーガ療法士/LOTUS
YOGA STUDIO 代表/お出
かけ運動教室講師
倉敷市児島在住

● 親子ヨーガ



伊藤華野
Ito Kano
子どもヨーガ研究家/臨床
心理士/京都西山短期大学
准教授 著書『まねまね
ヨーガ』など
兵庫県在住

● ロルフィング



渡辺隆之
Watanabe Takayuki
公認ロルファー/ロルフ・ムー
ブメント・プラクティショ
ナー/鍼灸師/按摩マッサージ
指圧師
岡山市在住

● シヴァナンダヨガ



生本直也
Ikumoto Naoya
シヴァナンダヨガ正式指導者
/おかやまビーチスポーツ協
会ビーチヨガ部門理事
岡山市在住

● 瞑想



吉田真由美
Yoshida Mayumi
認定ヨーガ療法士/インド中
央政府QCIヨーガ指導者資
格レベル2/日本ヨーガ療法
士協会岡山幹事長
勝田郡在住

● クリスタルボウル



山本ちかこ
Yamamoto Chikako
クリスタルボウル奏者/和太
鼓奏者/現役保育士
「宇宙系ヒーリングユニッ
トSTARSEED」メンバー
倉敷市在住

● フラ



松島ここ
Matushima koko
スポーツプログラマー/健
康・運動教室講師/おかやま
山陽高校非常勤講師/フラ歴
10年・エアロ歴33年
倉敷市在住

● オーダーメイドヨーガ



認定ヨーガ療法士
が担当いたします。
・個別ヨーガ相談
・ヨーガ療法体験
お気軽にご相談ください。

タイムスケジュール 〈雨天決行〉

多目的ホール	いきいきふれあいルーム	多目的室	和室
呼吸が深まる セルフケア 10:00-10:45		クリスタル ボウル 10:00-10:45	オーダーメイド ヨーガ* 1回20分程度
ヨーガ療法 10:50-11:50		フラ 11:00-12:00	随時受付 10:00-12:00
親子ヨーガ 12:00-13:00			
ロルフィング 13:10-14:10	休憩ルーム 13:00-16:00		オーダーメイド ヨーガ* 1回20分程度
シヴァナンダ ヨガ 14:20-15:20	・参加者の休憩場 所としてご利用く ださい。 ・親子、お子様の 待機場所としてご 利用ください。 (託児サービスは ございません)		随時受付 13:00-15:00
瞑想 15:30-16:00			*受付にてお申込 みください。 *部屋が空き次第 のご案内となります。

持ち物

- お水・お茶など
- ヨガマット (バスタオルも◎)
- 動きやすい服装でお越しください。

事前申込
不要
直接ご来場
ください

会場

児島市民交流センター

岡山県倉敷市児島味野2丁目2番38号 P2 2時間無料
*駐車場には限りがあります。*児島駅から徒歩約15分



受付は
多目的ホール
となります

問合せ

NPO法人日本ヨーガ療法士協会岡山

mail : yt_oka@yahoo.co.jp Tel : 090-5692-5632
HP : https://yt-okayama.amebaownd.com