

仕事と生活に取り入れやすい マインドフルネス&シンキングボール の音でリラクゼーション

日時

5/27(土) 10:00~12:00

参加
費用

1500円

* 収益の一部は NPO法人国際セーヴァの会を通して
ウクライナ、タイへの支援金とさせていただきます。

*見逃し配信あります。

講師

カルキ・パラメソール 先生

<https://himalayanyuki.com>

ネパール出身 1989年来広
ネパールトリブバン大学にて、生物学を学ぶ。
幼少のころより、アーユルヴェーダ、ヨガ、瞑想を学ぶ。
18年間システムエンジニアとして広島で勤めたのち、ライフスタイルカウンセラーとして仕事を始める。
ライフスタイル改善とストレスのない生き方、健康の大切さを伝えるため広島でヨガ、瞑想、アーユルヴェーダ、コーチング、カウンセリング、ワークショップを開催している。アーユルヴェーダ、瞑想などの講演を多数行う。
(日本アーユルヴェーダ学会、ホリスティック医学協会、国際YOGAデーなど)

講座
内容

- マインドフルネスのお話
- マインドフルネス
- 質疑応答

申し
込み

下記のメールアドレス、またはQRコードを読み取り、件名に「参加申込」とお書き下さい。
本文にお名前、連絡先、メールアドレスなど記載いただき、送信をお願いいたします。

メールにて申し込みをお願いいたします。いただいたメール宛に、zoomの参加URLを送付いたします。申し込み確認メールにて振り込み先など詳細をご案内いたします。

(携帯の機種によりQRコードが読み込めない場合があります。ご了承下さい)

mail : sukha.akasah@gmail.com (田淵)



NPO法人日本ヨーガ療法士協会広島・山口合同企画

<問い合わせ> ☎ 080-4262-9515(田淵)

*ショートメール可

mail: sukha.akasah@gmail.com