

NPO法人沖ヨガ協会 東日本連合会
平成27年度 第8回(1単位) 沖ヨガセミナー
2016年9月4日(日)13:00~17:00

◆ 日常に活かす アーユルヴェーダセミナー

講師 安藤るみ子先生
インド政府公認 アーユルヴェーダ医師

日常生活にアーユルヴェーダを取り入れて
実習をしながら学んでいきます。

オーガス
(活力を上げる)
ドリンク付きです

小麦粉とオイルを使った治療法

- ・ オイルをお腹、背中に入れる実習
- ・ お腹のチェック法

ハーブを使った治療法

- ・ ビワの葉、ヨモギ、その他

ガルシャナ（絹の手袋）を使って代謝アップ

- ・ むくみセルライト肥満の改善

安藤先生の診断 など

安藤先生の講座はとても人気です！

今回沖ヨガ会員のために、お忙しい中、貴重な機会をいただきました。

皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

楽しみながらアーユルヴェーダが自然に理解出来る講座です。



概要

日時 平成28年9月4日(日) 13:00~17:00

講座: 13:00~16:40 安藤るみ子

16:40~17:00 シェアリング

単位: 1単位(資格登録制度の登録者に付与されるものです。)

会場: 沖ヨガスタジオ

〒164-0003 東京都中野区東中野3-16-14 小谷ビル301

TEL 03-6908-5613

持ち物: 短パン、Tシャツ、タオル2枚、バスタオル1枚、お持ちの方は絹の手袋(ガルシャナ)

参加費: 4,000円

※初回一般参加者には「ヨガの喜び」(沖正弘著)を差し上げます

安藤るみ子先生 プロフィール

本場インド国立アーユルヴェーダ医学大学で6年間学び、日本にアーユルヴェーダを伝承し続けている第一人者。膨大な長文の専門書の中から、日常的にすぐ使えて、誰でもアーユルヴェーダに取り組めるそのエッセンスだけを取り出し、現在の日本に蘇らせて伝えていきます。長い間ヴェールに包まれてきたアーユルヴェーダですが、インドのアーユルヴェーダ大学の総本山である国立大学が初めて外国人用に門を開き、ある時期外国人留学生の入学を許可しました。その時にインドに留学、外国人のための制度が整っていない中、苦労してアーユルヴェーダを学びました。

- ・インド政府公認 アーユルヴェーダ医師(インドグジャラートアーユルヴェーダ医学大学卒業)
- ・株式会社スヴァルナアーユルヴェーダ代表取締役
- ・安藤るみ子アーユルヴェーダ・スクール校長 <http://rumiko-ayurveda.sakura.ne.jp/>
- ・アーユルヴェーダ健康カウンセラー ・日本アロマコーディネーター協会認定アロマセラピスト
- ・インド中央政府科学省公認ヴィヴェーカナンダ・ヨーガ研究財団認定 ヨーガ講師
- ・インド医療占星術師

お申込み

参加費(4,000円)のご入金をもって予約受け付けとさせていただきます。

振込口座番号: ゆうちょ銀行 00150-2-466085

名義: 沖ヨガ協会東日本連合会

★予約されずに直接来られた場合には、参加できないこともあります。予めご了承ください。

★一旦振り込まれた参加費はお返しすることはできませんが、次回の沖ヨガセミナー参加費としてご利用していただくことができますので、**受領書はしばらく保管しておかれること**をおすすめします。参加費を振込み、欠席され、次回にご参加くださる場合は、東日本連合会までご連絡ください。

★電信でのお申し込みのかたは、メール、faxまたはお電話で、お申込み講座名を東日本連合会、総務(武田)までお知らせください。例: 「〇月〇日沖ヨガセミナー」など。

★ご入金後郵便局より連絡があるまで少し時間がかかりますので、当日受領書をご持参ください。

申込み期限: 2016年9月1日(木)

NPO法人沖ヨガ協会 東日本連合会 総務(武田 修)

〒164-0003 東京中野区東中野3-16-14 小谷ビル301

Tel: 080-5450-2505

Fax: 03-6369-3216

Mail: higashinihon@okiyoga.com

東日本連合会の
facebookページ
できました

