



『IYC ヨガベーシック SLOW-FLOW YOGA』は、ゆっくり(SLOW)と流れる(FLOW)動きでシンプルに体を動かすことの楽しさを味わえる、気持ちよいプログラムです。本コースでは1日の流れに合わせたアーサナ(ポーズ)の実践とテクニカル、簡単なヨガ哲学と共に、ヨガを取り入れたライフスタイルについても学んでいきます。

日程 2009年10月3,4,10,11日(3日:10時半 - 16時半、4.10.11日:10時半 - 15時半 計21時間)
講師 渡辺マリコ (IYC 函館講師)
参加費 120,000円(税込み)
定員 10名(最低開講人数4名)
会場 IYC 大阪ウツボスタジオ

参加資格 多少ヨガの経験がある方、またはこれから始めたい方
身体の健康な方、性格の明るい方、男女・年齢制限なし

指導資格 修了試験合格の方には、IYC 主宰ケン・ハラクマより資格指導書を授与いたします。
(試験の詳細はコース中に説明いたします)

申し込み方法

メールで申込：umedaiyc@yahoo.co.jp (岡本勝則宛)

件名『SLOW-FLOW 養成コース参加希望』、本文に お名前 生年月日 住所 携帯番号 顔写真を1枚添付の上、お申し込みください。

支払方法

返信の際にご案内いたします指定口座に10日以内にお振込みください。



IYC 大阪 ウツボスタジオ

〒550-0004 大阪市西区靱本町 1-17-5 第一青野ビル3F

tel: 090 6066 4486 mail: umedaiyc@yahoo.co.jp (岡本勝則)

hp: <http://iyc.jp> 内または <http://sironeko-works.com/iyc/>

四つ橋線 本町駅下車 28番出口 四つ橋筋沿いに北へ

一筋目 IBM ビルの角を西へ150メートル入る。

御堂筋線 本町駅下車 4番出口 本町通りを西へ。

四つ橋筋交差点を北へ、一筋目 IBM ビルの角を西へ150メートル入る。