

アシュタンガ・ヨガ・ジャパン 主催

2008 年春のアシュタンガヨガ短期集中コース(45 時間)

IYC 荻窪(東京)5 月 12~16 日(指導者養成コースの名称が変わりました)

(アシュタンガ・ヨガ・プライマリーシリーズ)

*将来AYRIより正式指導資格取得希望の方にお勧めのコースです。

インド・マイソール・アシュタンガ・ヨガ・リサーチ・インスティテュート(AYRI)にて
Sri K Pattabhi Jois 師の指導しているアシュタンガヨガのメソッド。



プログラム内容: アシュタンガヨガの理論と実践

- アシュタンガヨガの哲学について。
- アシュタンガ・ヨガ・プライマリーシリーズの実践(プラクティス及びテクニカル)。
- アサナ(ポーズ)のアジャストメント(補助)について。
- サンスクリットによるプライマリーレッドクラスについて。
- 参加者個々に対するレベル認識及びプラクティスに対する個別指導。

参加申込資格:

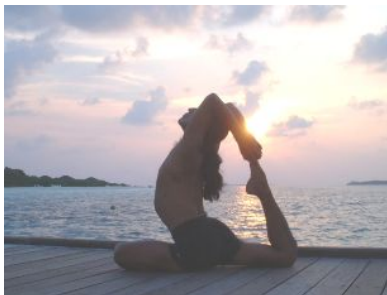
- アシュタンガヨガの練習経験(IYCで行われているアシュタンガベーシックであるハーフプライマリーシリーズクラスを最低基準とします。)があり、今後も続けていこうと思っている方。
- インドマイソール(AYRI)にて直接練習経験のある方。
- 国内及び海外にてAYRIより正式指導資格を取得している先生からアシュタンガヨガの集中コースを受けた経験のある方。
- IYC又はそれ以外でヨガのインストラクター経験1年以上又は同等レベルのヨガの実践経験のある方で、今後アシュタンガヨガを学んでゆきたい方。
(上記に該当しない方で参加希望の方はメールにてお尋ね下さい。)

参加申込方法: メール: ashtangajapan@yahoo.co.jp

- ['08 春のアシュタンガヨガ短期集中コース参加希望]と明記の上、
①氏名(フルネーム)②生年月日③ご住所④携帯番号⑤顔写真1枚添付の上、
ケン宛(上記メールアドレス)にお申し込みください。
- 申込後1週間以内に参加の可・不可のお知らせがアシュタンガヨガジャパンよりありますのでお待ちください。(1週間以内に返事のない場合はメールにて再度お問い合わせ下さい。)
携帯メールからでも申し込みOKです。定員になり次第締め切ります。
- 参加費お支払い後(ご入金後)に申込が完了となります。

- 場所: 荻窪駅南口より徒歩 1 分
/ IYC 荻窪スタジオ 2 階(ミュージアム東京) 167-0051 東京都杉並区荻窪 5-30-6
- プログラム及び日程(時間割): 2008 年 5 月 12~16 日(計 5 日間)
- トータル受講時間 45 時間
 - 5 月 12 日(月) 10:00~18:00
 - 5 月 13(火),14(水),15(木) 10:00~19:00
 - 5 月 16 日(金) 10:00~20:00
- 参加費: 合計 157,500 円 (150,000 円+消費税 7,500 円)
- 振込先: みずほ銀行 銀座支店 普通口座
口座番号:2419567 口座名:インターナショナルヨガセンター
お振込みは必ず参加者ご本人の名義でお願いいたします。

By Ken Harakuma



講師プロフィール:

ケン・ハラクマ

アシュタンガヨガジャパン(www.ashtanga.jp)主催。IYC設立者の一人。IYCにてヨガの指導を中心に国内、海外でのワークショップ、合宿を多数開催。日本人ではじめてアシュタンガヨガリサーチインスティテュート(AYRI)Sri K Pattabhi Jois 師よりアシュタンガヨガ正式指導資格を取得。

お問い合わせ:メール:ashtangajapan@yahoo.co.jp Tel:090-4956-7996

* 毎回大変好評の為、定員になり次第受付を締め切りますのでお申込はお早めをお願いいたします。

* 参考文献 パタビジョイス著 ヨガマール(産調出版)

DVDシャラートワークショップ・プライマリーシリーズ(IYC荻窪にて販売。)

