

International Day of Yoga 2015

「ユネスコ国際ヨガの日第1回記念祭」

関西イベント開催決定!!

世界
100カ国以上で
同日開催!

2015 6/21 Sun.
相楽園会館ホール

参加無料
※対象:小学生以上

国連は世界各国政府に対し6月21日を「国際ヨガの日」に制定することを宣言しました
この記念すべき日に、山本ヨガ研究所は神戸でヨガイベントを開催させていただきます
初めての方もどうぞヨガをお楽しみください 感謝合掌

日時 2015年6月21日(日)
10:00-13:00 (開場 9:30)

会場 相楽園会館ホール
(北門をご利用下さい)
神戸市中央区中山手通5-3-1
tel. 078-341-1191
神戸市営地下鉄「県庁前駅」徒歩5分
JR・阪神電鉄「元町駅」徒歩10分
※駐車場はありません



相楽園会館ホール

申込み 会場へ直接お越しください
当日開始までに参加整理券を
配布します (配布時刻 1部9:30
2部11:00より)

定員 1部・2部共 先着各120名
※定員に達し次第お断りさせて
いただく場合もあります
ご了承ください

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル
動ける服装 (更衣室なし)・水

【お問い合わせ】

621idy@gmail.com

★お問い合わせはメールにてお願いします



Yoga for Harmony & Peace

「ユネスコ国際ヨガの日」

インド国、モディ首相が2014年9月の国連総会の演説で提案し、日本を含む177カ国が共同提案国となっていた。それをうけて国連は6月21日を「国際ヨガの日」に制定することを決めた。ヨガはインド発祥の修行法で、現代では健康法として広く支持されている。国連総会の演説でモディ氏は「ヨガは私たちの古代の伝統からのかけがえない贈り物だ。心身の統合を具現化する。運動というだけでなく、あなた自身と世界、自然の調和の感覚を発見させるものだ」と訴えていた。

〈公式ホームページ〉

<http://idayofyoga.org/>

●イベントプログラム

〈第1部〉

10:00 開会宣言とご挨拶(山本正子)
インド総領事様のご挨拶
エデュケア～内なる旅～
(講話)

10:30 ヨガデモンストレーション

10:40～ リフレッシュヨガ
11:30 山本正子(山本ヨガ研究所所長)

〈第2部〉

12:00 3人の講師のリレーヨガ
子どもとともにヨガダンス
「ひまわりんく体操」/菊地恵子
チャレンジヨガ/濱田さやか
癒しヨガ/赤坂雅子

13:00 閉会のご挨拶(山本正子)



山本正子プロフィール

山本ヨガ研究所所長
日本総合ヨガ普及協会理事長
視力向上ヨガ協会理事長
(社)国際統合予防学会理事

1973年沖正弘導師に入門。インドのアイアンガーヨガ道場にてヨガ研修。香港中国医学研究院卒業。(財)高齢者体力づくり支援士。本部教室をはじめ、現在京阪神や東京など40か所のヨガ教室でオリジナルカリキュラムを提供。ハワイ・台湾・インドなど海外指導歴有り。企業・行政・教育機関で全国講演活動中。テレビ・雑誌などマスコミ取材多数。

山本ヨガ研究所



赤坂雅子



菊地恵子



濱田さやか

スタジオスダリ

神戸市中央区下山手通4-7-15 北丸ビル6階

<http://yoga-sundari.com/>

【主催】山本ヨガ研究所 神戸市灘区王子町2-21 サンビルダー王子公園102号
<http://yamamotoyoga.com>

後援: 在大阪・神戸インド総領事館 / 兵庫県教育委員会 / サティアサイ教育協会