

2016.10.16 (sun)

ヨガで熊本城を再建しようプロジェクト
日本全国のお城でチャリティーヨガ

お城でヨガ

大阪城西の丸庭園

参加費 1,000 円

ヨガ2クラス、入園料 200 円込み

※すべての収益を熊本城へ寄付いたします。

大阪城でヨガをして
熊本城を支援！

大阪城から熊本城へ
熊本地震で被災した熊本城の
復興を目的とした
チャリティーイベントへ
Let's GO!!



プログラム

〇9:00 ~ 10:00

「こころおくるヨガ」 Yama&Juzu

〇10:30 ~ 11:30

「熊本城復興祈願ヨガ」 ケンハラクマ

<http://www.parkyoga.jp/shiroyoga>



ケン・ハラクマ プロフィール

NYC インターナショナルヨガセンター

アシュタンガヨガジャパン (Ashtanga Yoga Japan)

日本アシュタンガヨガ研究所 (Japan Ashtanga Yoga Research Institute) を主宰。

アシュタンガヨガの創始者 シュリ・K・パタビジョイス氏より

日本人初のアシュタンガヨガ正式指導資格者として直接認定を受ける。

日本中にヨガを広め、現在では日本を代表するヨガの第一人者として、

アシュタンガヨガを中心に国内外にて幅広いヨガの指導とワークショップを行うほか、

合宿・指導者養成や、メディア・教育・各種企業へのヨガコンサルティングなど、

健全なヨガの普及活動に努め、常に日本のヨガ界を牽引し続けている。



Yama プロフィール

azorayoga 主催

健康になりたい！ たったそれだけのシンプルな動機により 2002 年にヨガを始めました。

あれから 14 年、ヨガをしたからといって完璧な人間にはなっていません。

体の不調があったりなかったり、心が落ち込んだり見れたり、精神的に湧くそうになり

立ち直ったり、それでもまあまあそれなりにゆらゆら健康に生きています。

このゆらゆら生きられるようになったこと、ゆらゆらしていてもいいんだよと自分を許せたこと。

これがヨガで受けた最大の恩恵かも知れません。

現在は大阪を拠点にシニアヨガの指導者養成講座や、誰もが気持ちよく動けるヨガのクラスを展開中。

五年から住まいをマンションから長屋に移し DIY 三昧の日々です。



Juzu プロフィール

生活ヨガ研究所主催

沖ヨガ指導者である孫越泰夫・安子の息子として生まれ、

母のおかりで幼児の頃からヨガに触れて育つ。

都市部化を専門とするメーカーでのサラリーマン時代を経て、

現在はサラリーマンが抱える多くの問題や、ストレスの緩和、解消をはかり、

誰もが生き生きと働きたくなる心身づくりを目指しヨガを指導しています。

- ・樹木医
- ・森林インストラクター
- ・小学校長期自然体験
- ・リハビリテーション大学非常勤講師 (園芸療法科)

2016年10月16日(日) 開催チャリティーヨガイベント

プログラム

09:00~10:00 「こころおくるヨガ」 Yama&Juzu

美しい自然を背景に、多くの癒し効果が期待できるヨガプログラム。

大阪府から熊本へ、届けるのはあなたの優しい心。2人のインストラクターによるハートフルなクラスです。

10:30~11:30 「熊本復興祈願ヨガ」 ケンハラクマ

大阪府から熊本県に向けて、皆一杯の愛を込めて応援をするヨガプログラム

会場

大阪府豊中区的丸庭園

参加費用

1,000円

ヨガ2クラス、入園料200円込み

参加方法

予約不要。開催当日、直接会場まで動きやすい服装。

ヨガマットをど下に敷くものを所持の上でお参加ください。