

ヨガでリフレッシュして 優しい身体になろう

R7.1.11(土)

9:30~11:30

受付 9:15



講師：小林早苗氏

社団法人国際ホリスティックセラピー協会
(IHTA) ヨガインストラクター。
サインヨガスクール講師

出身地：横浜

2010年 スポーツジムでヨガに会う。
その時に聴者のインストラクターの説明が
分からず、見よう見まねでやっていたが
納得がいかず、ヨガの勉強をしようとしたこ
とがきっかけでした。

現在月2回手話ヨガレッスン指導中。

(横浜市内、都内)

それ以外に、出張ヨガ、青空ヨガ、サンセ
ットヨガ、ウエルビー体操の指導をしている

趣味：アート巡り、旅行、舞台鑑賞

★海老名市総合福祉会館 1階 第3娯楽室

★会員無料 非会員 ¥2000

★定員30名 (先着順)

★申し込み不要 直接会場にお越しください

★動きやすい服装 汗拭きタオル 飲み物持参

ヨガマットをお持ちの方はご持参ください

無い方は、バスタオルをご持参ください

●諸事情により内容変更や中止などの際には神通研 HP に掲載いたします

●お問い合わせ(神通研)

✉ gakusyu@jintsuken.com

HP (www.jintsuken.com)

