

自然を感じて、呼吸とつながるヨガ ～アロハ・スピリットの教え～

ハワイアンヒーリングミュージックの流れるアロハ・スピリットに満ちた空間で、自然をイメージしながら深いリラクスを体験しませんか。エッセンシャルオイルを使用し、ハワイの香りを再現します。



第1・第2月曜日 午前 9:30 ~ 10:30 (60分)
第3・第4土曜日 1レッスン ¥2,000 (初回体験 1,000円)。

ティーチャープロフィール YASUKO

ヨガの総合雑誌「ヨガジャーナル」などで、ヨガジャーナリスト、ヨガフォトグラファーとして活動。自然のスピリチュアルエナジーを求めて、ハワイ州マウイ島へ渡り、クリシュナマチャリア師直系の「ヨガ・ヒーラー・アカデミー・ハワイ」で全米ヨガアライアンス認定資格RYT200

取得。すべての人のためにある安心安全なヨガを実践。世界25カ国を旅する旅人でもあり、音楽と自然をこよなく愛す。不定期でフェスヨガを開催し、朝霧ジャム、アースガーデンなどで、自然を感じるヨガを教える。
<http://ameblo.jp/yakko1119/>

ご予約はブライトン ビーチ スタジオ
info@brighton-studio.com
03-5478-7330

東京都世田谷区北沢 1-20-19 クレセントビル 3F
小田急線 東北沢駅南口より徒歩1分
井の頭線 下北沢駅から徒歩10分
井の頭線 池ノ上駅から徒歩8分

