

# 町家でヨガ

## ～みんなで元気になるヨガ～

神奈川県横浜市にスタジオを構える一木ヨーガは、「より健康に、より若々しく、より美しく」をテーマに、どなたでも無理なく行っていただけるヨガを指導しております。呼吸に合わせて自分のペースでゆっくりからだを動かしますので、初めてのかた、身体の硬いかたも、安心してご参加いただけます。



## 京町家でヨガ開催のご案内

日時：2018年9月12日（水）10:30～11:45

料金：1,500円

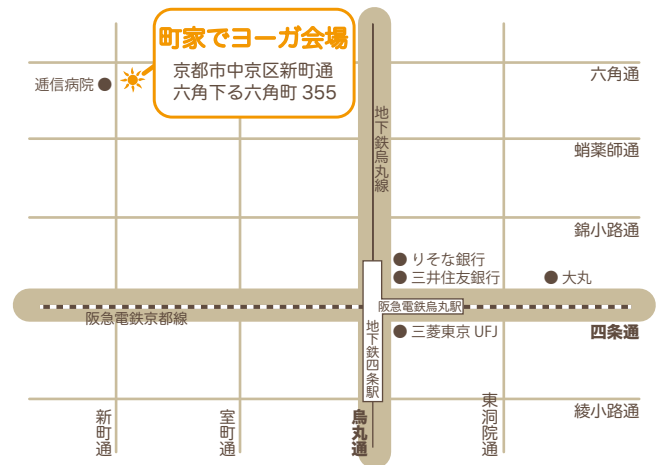
講師：一木 富佐栄（いちき ふさえ）

人数：先着18名

持ち物：動きやすい服装

ヨガマットまたはバスタオル

場所：地下鉄烏丸線「四条駅」より徒歩5分  
阪急京都線「烏丸駅」より徒歩5分



### ◆同時開催◆カウンセリングヨガ（要予約）

個人の症状に合わせて行う完全個別制のプライベートクラスです。

1対1で、目的や体調に合わせてマンツーマンで指導いたします。

心身の体調にお悩みのある方、自宅でもヨガをやりたいけれど何をしたら良いかわからない方など、どなたでもお気軽にお申し込みください。（1時間6,000円）



#### ご予約方法

メールもしくはお電話にて「町家でヨガ」もしくは「町家でカウンセリング」希望とお申してください。（同時申し込み可能）

メール：ichiki\_yoga@yahoo.co.jp

電話：045-544-7028

※留守番電話の際はお名前とご連絡先をお入れください。  
折り返しご連絡させていただきます。



#### 講師プロフィール（一木 富佐栄）

同志社大学心理学部卒業後、大阪大学名誉教授・故 佐保田鶴治氏（インド哲学者 / ヨーガ禅道友会創始者）に師事。

1983年よりヨガ講師としてカルチャーセンター等で指導。

2006年10月、横浜市港北区大倉山にて一木ヨーガスタジオ OPEN。

