

# 町家でヨーガ

## ～みんなで元気になるヨーガ～

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ー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。



## 京町家でヨーガ開催のご案内

日時：2018年11月14日（水）10:30～11:45

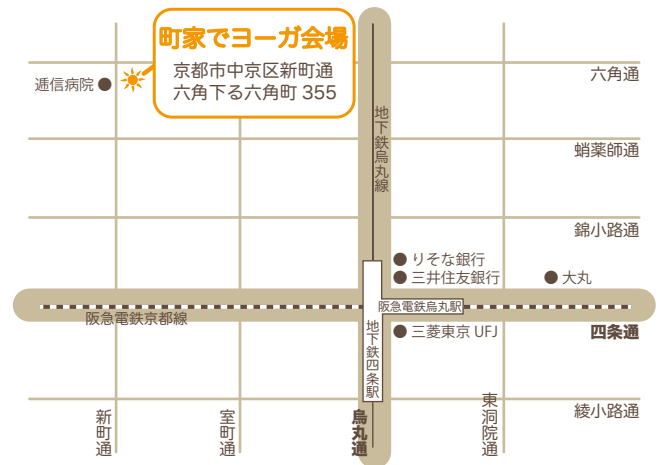
料金：1,500円

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  
ヨー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◆カウンセリングヨーガ（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、自宅でもヨー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「町家でヨーガ」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年よりヨー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。

