

町家でヨーガ

～みんなで元気になるヨーガ～

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：1月13日(水) ①10:30～11:45 ②12:00～13:15

料金：1,500円

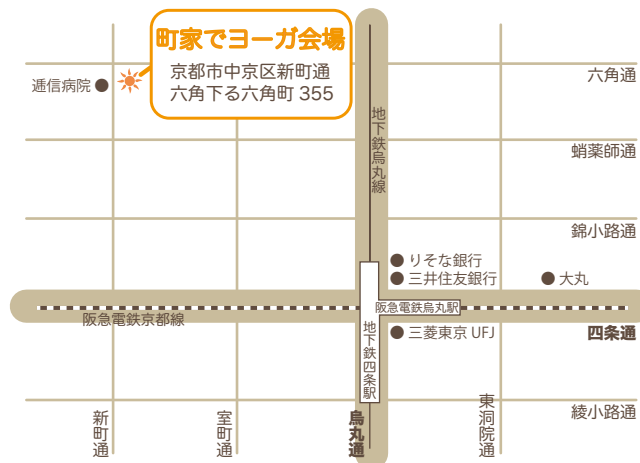
講師：一木 富佐栄 (いちき ふさえ)

人数：①②共、各先着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



ご予約方法

メールもしくはお電話にて「町家でヨーガ」希望とお申込ください

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)

同志社大学文学部心理学科卒業後、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。

