

団体紹介資料

ふりがな 団体名	いずみし どうこうかい 泉西ヨーガ同好会
活動内容	ヨーガ
団体及び活動内容 のPR	日本ヨーガ療法学会のヨーガ療法士を講師に 招き、ヨーガの動き、呼吸法を習っています。 日常生活を円滑にするためのインド4000年のヨーガ の知恵にまつわる話を聴くことができます。ヨーガの 聖典に寄るもの、日常の中のこと等、人としての「生き方」を 学ぶ場となっています。自分で自分を治すこと目指します。 いつも笑いが絶えない楽しい教室です。人間関係のスト レスも解消します。日頃、無意識にしている自分の呼吸 や体の動かかし方を修正し整える時間です。
実施場所	泉西公民館
実施日	毎週月曜日(毎月4回)
実施時間	13:00~14:30
団体の登録者数	10人
会費	①( 1ヶ月あたり 1,500 円) ・ 無
講師名	中島千恵子先生.
問合せ先	氏名 可知 琴子 電話番号 0572-55-5363

※当資料は窓口での縦覧及び市ホームページ掲載等により、広く一般に公開します。