

大好評！！

和歌山県よりお招きして、2日間にわたる中身の濃い講座です！！

第一部 / 「人体の関連部位の説明 & 整体後のヨガポーズ」

※関連部位を使つてのヨガポーズを楽に出来るようにするヨガ整体法。

日時: 令和2年 3月 21日(土) 12:00~16:00 (30分の休憩含む)

※その後必要な方には病氣相談受け付けます。1人まで

第二部 / 認知症予防！  
何時までも足・腰元気な人生！！

「シニア-ヨガ」

※シニアの身体と心の生理学的変化の説明と

その対策ヨガ (食事・整体ヨガ)

日時: 令和2年 3月 22日(日) 11:00~15:00 (30分の休憩含む)

※その後必要な方には病氣相談受け付けます。2人まで



講師: 松尾 ひろ子 先生

場所: フィジカルヨガ普及協会 Studio ACT

定員: 30名 限定(先着順)

受講料: ・一日(各部のみ受講) ¥6,600(税込)

・二日間通し ¥11,000(税込) ・別途病氣相談 無料



松尾ひろ子先生プロフィール

薬剤師、自然薬の太陽堂自営、太陽ヨガカルチャーセンター所長

45年前に沖ヨガ創始者沖正弘導師に師事

47年にわたり西洋医学で治らない病、末期がん、アトピー、うつなどを改善アドバイスをつづけている。がんは45名回復してお元気です。

ヨガ指導を健康づくりの大きな柱として和歌山市と阪南尾崎にて行っている。

指導者養成セミナーや各団体、各地で講演活動も続けている。

日本総合ヨガ普及協会副理事長

沖ヨガ本部道場正会員

JAKT 統合医療学会正会員

(財) 高齢者体力づくり支援士

自力整体指導員、頭蓋仙骨療法士

■申込み: 各教室指導員または下記電話にお申込みください

TEL054-266-3001 FAX054-266-3002

・お申込み: 各教室指導員に申込書を添えてお支払い下さい

・持ち物: 水分、あめ玉、筆記用具、ヨガマット又はバスタオルをお持ち下さい

●著書:  
丹田力 (自律神経力)  
を高めて真我とむすぶヨガ  
¥1,980  
希望者は田辺まで  
お申込ください。

参加申込書

氏名	
教場名	
連絡先	
申込み内容	1、二日間 2、土曜のみ 3、日曜のみ 4、相談申込み

希望の数字を○で囲み選択ください。

領収書

¥

令和2年 月 日

フィジカルヨガ普及協会 担当  
(有) アクト企画