

Join us!

English YOGA



単にヨガを学ぶだけでは物足りないという人！英語を通して何かを身につけたいと思っている人！ヨガを楽しみながら、同時に英語にも親しみませんか？！カナダ出身のヴァネッサさんが英語と日本語の両方で説明します。ポーズを見て、英語を聞いて、体を動かしながらヨガの文化を感じてみませんか。
(ヴァネッサさんによるヨガ哲学と英語解説付き)



講師プロフィール

Vanessa : 全米ヨガアライアンス認定指導者 (RYT200)
カナダの大学で神経心理学と言語学を学び、国際交流 NGO ピースボートに参加、船内で英語とヨガを教える。オーストラリアでヨガの資格を取得、現在大阪在住。関西各所で教える。
根を深く張り、泥の中から花を咲かせる蓮のように志を体現させている。呼吸と動きを合わせ” Go with the flow” =流れに身を任せ、リラックスして気楽に楽しみましょう。



日時

2014年5月21日～7月9日 毎週水曜 (全8回)
19:00-20:15

場所

大阪国際交流センター 1F

参加費

15,000円 (8回分 ヨガマット持参)

定員

20名 (先着順、全8回参加者優先)

申込方法

ホームページからお申し込みください。
http://www.ih-osaka.or.jp/news/20140415_2940/