

子どもをイックシミたい すべての人のキッズYOGAワークショップ

無料親子講座 開始時間 10:30～(50分程度)

- 本講座中のライブ実習「親と子のスキンシップ・ヨーガ」への参加です。
- 当日は10:20までにお越し下さい。
- 対象は0歳～小学校低学年までの親子です。
- お子様の人数と年齢をお申し込み時にお伝え下さい。

参加者同時募集
(申込み先着順)

※確認メールをお送りいたしますので、折り返し承認後に参加確定となります。



お申し込み・お問い合わせは「santosha1219@dwmail.jp」(イママラ)まで。

〈タイムテーブル〉

- 10:00～〈講 義〉子どものヨーガの近況
- 10:30～〈実 技〉一般親子を交えた実習 ライブ「親と子のスキンシップ・ヨーガ」
- 11:30～〈理論と実技〉生活の中でヨーガをたのしみ元気をつくりだす方法
- 12:30～〈昼 食〉昼食をとりながら簡単な自己紹介タイム
★お弁当(500円) 希望者は申し込み時に受付いたします
- 13:30～〈理論と実技〉現代の子どもの心とからだ
- 15:00～〈講 義〉子どものヨーガのできること
健全育成(生活習慣病予防)、睡眠不足からくる疾病への対応、
特別な配慮が必要な子ども、PTSD対策等
- 16:00 〈ふりかえりとご挨拶〉
- 16:30 〈終了予定〉



資料ご入り用の方は
申込時にご一報ください。
お持ちの方はご持参ください。



テキスト①
『まねまねヨーガ』



テキスト②
『キッズ・ヨーガ』

★資料ご入り用の方は申込時に①か②か、また、冊数をお教えてください。(詳細はHP伊藤華野.com)

Access Map



- ▶ 西鉄大牟田線…福岡天神駅より徒歩1分
- ▶ 福岡市営地下鉄…天神駅より徒歩3分
- ▶ 西鉄バス…天神警固神社三越前より徒歩1分

※お車で越しの際は、
もよりの有料駐車場をご利用下さい。

警固神社 神徳殿 春庭の間

〒810-0001福岡市中央区天神2丁目2-20
TEL.092-771-8551 FAX.092-721-6856

