

YOGA in ENGLISH

★ 英語でヨガ ★ Pt.1

今回は太陽礼拝を英語で学びます。

クラスの流れ:

アメリカのヨガクラスで実際使われる英語の身体部位やポーズの名前、誘導などを解説後、それらを使って英語のレッスンチャレンジ!

★ 講師紹介 ★

Mia (RYT-500)



- アメリカのHONOR YOGAとDIG YOGAにてトレーニング終了後ニュージャージでヨガ講師として活動
- 全米ヨガアライアンス認定ヨガ指導者200時間コース修了
- 全米ヨガアライアンス認定ヨガ指導者500時間コース修了
- 産前/産後ヨガ指導者100時間コース修了
- セラピューティックヨガ指導者コース修了
- マインドフルネス&リラクゼーションヨガ指導者コース修了
- 日本語/英語/韓国語可能

日時:

2017年4月23日(日)

12:30 ~ 14:00PM 定員20名

参加費:

メンバー 2,700円 (税込)

ビジター 3,240円 (税込)

持ち物:

水、動きやすい服装、筆記用具
(マット/タオル2枚無料貸出)

お申込み:

Vivo Bearsi 豊中店 06-6848-8300

豊中市岡上の町2-1-8 とよなかハートパレット5階

※ご不明点があればスタッフまで

