



はじめての YOGA

受講料
無料!

老若男女、色んな人生のストーリー、色んなカラダ、色んな呼吸、色んな心、移りゆく流れを「今、ここ」へ 集中して感じてみること そこから選択し、委ねること。

初めての人も、よく馴染みある方も是非体感してみませんか？

講師：タユフェール 美弥 先生
インド中央政府認定 ヨーガセラピスト

沖縄で13年種まき活動

0歳から年齢制限なしのセラピーのYogaの出逢いにより
毎日の営みが豊かに笑い、辛さ、悲しさもすべてがワタシの
心の源から始まっていること。「そのままのわたし」のホームの
体験を経験できる機会をお届けします



日時：12月4日（土）10時～12時

場所：沖縄県教育庁中頭教育事務所（美里公園となり）

（沖縄市美原1-6-34 中部合同庁舎4階）

定員：20名（先着順）

対象：小学生から大人まで（小学生は保護者同伴、家族での参加のほか大人のみ参加もOK）

持ち物：ヨガマット、飲み物、タオル（動きやすい服装でご来場ください）

申込： TEL・FAX・申込フォームのいずれかより ●参加者氏名と年代

●お住まいの市町村名 ●電話番号を添えてお申し込みください

申込先： TEL 098-939-0044 FAX 098-934-6027

沖縄県教育庁中頭教育事務所（担当上原・新垣）



※当日は新型コロナウイルス感染症対策（マスクの着用・手指の消毒など）にご協力をお願いします。
感染症の状況により、講座の延期・中止となる場合があります※