

2020 年 2 月 24 日 (月・祝)

① 10:00~12:00

「レッスンで使える口腔体操、誤嚥体操」

【講師：宮澤 裕子】



プロフィール

北海道小樽市出身 ヨガインストラクターや  
占い鑑定士として活動をしなが、塩屋俊アクターズ  
スクール等で演技も学び、舞台やドラマ等でも活躍中

シニアヨガの幅が広がります。

② 13:00~15:00

「アサナを今より上に」

【講師：丹羽 晴美】



プロフィール

ファミリーヨガ上級養成コース、操体法コース履修  
顔ヨガ協会インターナショナル認定フェイシャルイン  
ストラクター

1mmでもレベルアップ目指して動いて  
いきましょう。

- ・会場：ファミリーヨガ（東京都千代田区鍛冶町 1-9-1 第二大久保ビル 4 階）
- ・受講料：1 講座のみ 5,000 円、2 講座セット 9,000 円  
（生活総合ヨガインストラクター資格をお持ちの方 1 講座 4,000 円、2 講座セット 7,000 円）
- ・申込締切：2020 年 2 月 21 日（木）

■お振込み先：みずほ銀行 神田駅前支店（普通）2340775 一般社団法人グローバルファミリーヨガ

★ お申込み、お問い合わせ ★

主催：一般社団法人 グローバルファミリーヨガ  
TEL：03-3254-7291（担当：モリヤス）  
<http://seikatsu-yoga.com>