

# Ayurveda at Prana Power Yoga Studio

## アーユルヴェーダ基礎ワークショップ 初開催！

アーユルヴェーダって何？

カウンセリングを受けてみたいけれど、どんなことがわかるの？

以前 受けたカウンセリングの結果を、もっとしっかり理解したい。

アーユルヴェーダの養成コースに関心があるのだけどまだちょっと不安。

そんな皆さんの声にお応えして、初めて「アーユルヴェーダ基礎ワークショップ」を開催します。

アーユルヴェーダの考え方、哲学、ドーシャ（性質）、5つの基本要素、生活にどのように取り入れることができるのか etc. 専門医でありながら、わかりやすく丁寧な講義が大好評のマニッシュ先生が伝授します。カウンセリングと合わせて是非、ご参加ください。

※入門的な内容の講義です。アーユルヴェーダを体系的にしっかり学びたい方には「アーユルヴェーダ・ライフスタイル・コンサルタント養成コース」の講座1をお勧めします。

[日程] 2009年9月19日（土） 14:00～17:00

[講師] マニッシュ・パトワルダン医師（通訳あり）

[受講料] 5,250円（税込） [会場] プラナパワー [定員] 30名

## アーユルヴェーダ・カウンセリング

お一人おひとりのドーシャ（体質）判断と、いまの体調の診断を行います。そして結果に合わせた日常生活、特に食生活上のアドバイスをします。定期的に変化を見ていくとより効果的です。日本にいながらにしてインドの専門医のカウンセリングが受けられる限られた機会です。

[日程] 9月24日（木）、9月25日（金）、9月26日（土）

午前9:00～12:00 午後13:30～20:00

※ご都合よい日程を複数挙げていただけますようお願いいたします

[カウンセリング料] 初回60分 8,400円（税込）

フォローアップ（2回目以降）30分 4,200円（税込）

### ■ 申込方法 ■

メールにて、[pranapys@w2.dion.ne.jp](mailto:pranapys@w2.dion.ne.jp) までお申込ください。

お名前、ご連絡先の電話番号、住所、申込内容をお知らせください。

なお、カウンセリングの場合は、希望する日程と時間帯をお知らせください。できるだけ沢山の方にお受けいただきたいので、ご都合よい日程を複数挙げていただけますようお願いいたします