

Genny Kapular

Yoga Therapy Workshop



Yoga Therapy ヨガセラピー ～ 体と心に優しい医療を ～

人にもっと優しい医療を。そんな思いからヨガセラピーは生まれました。一対一で人と向き合いながら、子どもから大人はもちろん妊婦や高齢の方まで、その人固有の問題をヨガのポーズを通して癒していきます。その人のそばに立ち、体と心を癒し正していく技術を身につけていきませんか。

Genny Kapular

1970年からNYソーホーのスタジオにて、アイアンガーヨガ(認定インストラクター)、アナトミー、アレクサンダーテクニク、BMCを通して、身体を理解すること、そして慈しむ大切さを伝え続けてきました。ヨガに関する指導力や深い理解はもちろん、詩的な表現や立居振る舞いからあふれるジェニーの感性と知性は、その魅力とともに広く知られています。ジェニーならではのヨガセラピーワークショップに、ぜひご参加ください。

【日程】 2009年 5月8日(金)・5月9日(土)・5月10日(日)

1	5月8日 金	19:00-21:00	プラナヤマ
2	5月9日 土	9:00-12:30	解剖学：肩と腰、仙腸間接、大腿骨、骨盤：解剖学的に解説。
3	5月9日 土	13:30-16:30	ヨガ：同上についてプリッピングを使いながら一般、老人・老化プロセス、痛めている人へのリハビリへの実際にケアの対処方法を学ぶ。
4	5月10日 日	9:00-12:30	解剖学：膝、足首：解剖学的に解説。
5	5月10日 日	13:30-16:30	ヨガ：同上についてプリッピングを使いながら一般、老人・老化プロセス、痛めている人へのリハビリへの実際にケアの対処方法を学ぶ。

※全米ヨガアライアンス認定 500H(RYT)の単位として認定されます。

※2・3日目は午前と午後で内容が連動します。連続参加をお薦めします。

※ヨガセラピーでは医学的な説明ではなく、ヨガの先生による生徒への対処方法を学びます。

【参加費】	ワークショップ	6,300円(税込)
	5月9日/10日 午前・午後通し	10,500円(税込)
	3日間・全5ワークショップ通し	26,250円(税込)

【会場】 プラナパワー ヨガスタジオ 【定員】 25名

お申込・お問合せはプラナパワーまで、メールまたはお電話でご連絡ください。

2009年2月時点の内容です。都合により変更となる場合がございますのでご了承ください。

www.pranapys.com

prana power ヨガスタジオ 〒150-0013 東京都渋谷区恵比寿 1-18-5 アルカサル恵比寿 B1F
tel 03-3872-0797 e-mail pranapys@w2.dion.ne.jp

