

ヨーガとアーユルヴェーダを学ぶ第3弾 AYVを現代に生かす実践栄養学 ～季節に応じた食事(晩秋から冬)～



2017年
12/10
(日)
時間/10:00
～15:00

ヨーガとアーユルヴェーダを学ぶ第3弾 AYVを現代に生かす実践栄養学 ～季節に応じた食事(晩秋から冬)～

日程/12月10日(日曜日)

時間/10:00～15:00

会場/ヨーガ・アーユルヴェーダ研修センター
京都市伏見区横山町下野 29-39

・午前 10:00～11:30 ヨーガ実修

ヨーガ禅ー訓練された休息と心の安らぎ

講師/石田祐雄(日本ヨーガ禅道院道院長)

・午後 11:40～午後 15:00 講義と調理実演

「オキナワの長寿を可能にした食事法はアーユルヴェーダの食事法に近づいた」

講師/崎浜キヌ先生((株)ケイショウカイ栄養クリニック主宰)

参加費/5,000円(お食事代を含む)

定員/20名 早めのお申し込みをお待ちしております

注意事項/事前にお申し込みの上、会費のお振込みをお願い致します。

お申し込み、その他詳細につきましては下記お問い合わせ先までご連絡お願い致します

◆ お問い合わせ先:098-932-9555 (ケイショウカイ)

ヨーガとアーユルヴェーダを学ぶ 第3弾
AYVを現代に生かす実践栄養学
季節に応じた食
晩秋～冬 20
12月10日(日) 10:00～15:00
ヨーガ・アーユルヴェーダ研修センター
5,000円(税込) ※お食事代を含む
講師/石田祐雄 10:00～11:30
講師/崎浜キヌ先生 11:40～15:00
TEL 098-932-9555 URL http://www.keishoukai.jp

<セミナーの様子>



