

2025 ラジラクシミ先生ワークショップのお知らせ



来る2025年6月21日(土)~23日(月)の3日間、東京にて、28日(土)~29日(日)大阪にて開催することが決まりました。本当に嬉しいニュースですネ!

今回のワークショップは東京と大阪で行います。アイアンガーヨガを愛する多くの方々に参加していただき、6年ぶりに直接対面で、アイアンガーヨガの基本を学び深めていただきたいと思います。

インド・プネ本部の研修内容は、一ヶ月単位で月初めにスタートします。

第1週---立位、第2週---座位(ねじり、前屈)、第3週---後屈、第4週---呼吸法にわかれ構成されています。この研修システムは、アイアンガー先生が確立されて以来、引き継がれています。

インド本部で研修を受けるには遠すぎて・・・という方々にとっては、グルジーをはじめ、ギータ先生やブラシャント先生の直弟子である、ラジラクシミ先生から学ぶことは、またとないチャンスです。

では、ここでラジラクシミ先生の紹介をさせていただきます。

ラジラクシミ先生は元々小児科医のお医者様でしたが、本部道場でお子さんにヨガを習わせる内、ご自分もヨガに惹かれ指導員になられた異色の経験豊富な先生です。

これまで初級者から上級者のクラスを受け持ち、ギータ先生亡き後、3代目アビジャータ先生を支える大切なお役目も担っていらっしゃいます。

2020年コロナの危機的な状況が続く中で、いち早く日本でのオンラインワークショップに協力して下さったラジラクシミ先生・・・月一回の講座を受講することで、私達はアイアンガーヨガを研修し深く理解することの大切さを学びました。

この感謝の気持ちが、今日お招きする原動力になっています。

医学的な知識が豊富で技術的にも人間的にも尊敬してやまない素晴らしい先生です。

アイアンガーヨガの繊細なメソッドを一緒に楽しく学びましょう!!

アイアンガーヨガ勉強会 柳生直子・相澤三千代



*Regular practice of yoga can help
you face the turmoil of life with
steadiness and stability* B.K.S Iyengar

ヨガの規則正しい修練は 落ち着きと揺るぎなさをもたらし
人生の嵐に立ち向かう支えとなる

B.K.S アイアンガー

開催期間 東京会場 2025年6月21日(土)～23日(月) 3日間
大阪会場 2025年6月28日(土)～29日(日) 2日間

開催場所

| 期 間 2025年 | | | |
|-----------|----------|---------|--|
| 東京 | 6月21日(土) | 15,000円 | 東日本橋の綿商会館 <small>めんしょうかいかん</small> ☎03-3662-2251 東京都中央区日本橋富沢町 8-10 http://www.mensyou.co.jp |
| | 6月22日(日) | 15,000円 | |
| | 6月23日(月) | 15,000円 | |
| 大阪 | 6月28日(土) | 15,000円 | 大阪国際交流センター ☎06-6772-5931 大阪市天王寺区上本町8-2-6 http://www.ih-osaka.jp |
| | 6月29日(日) | 15,000円 | |

参加費

上記を参照下さい。(半日参加の料金はもうけていません)

参加資格

指導員の皆さん、アイアンガーヨガを愛しているすべての皆さんです

持ち物(プロップス)

ヨガマット、ヨガベルト2本、ブランケット3枚、ブリック2個

お貸しする(2000円/1日)のものもありますが、数に限りがありますので、できるだけ持参してください。

申し込み手順

① 会場と日にちを決めて申込、お手数ですが申込書に記入の上、下記に送信して下さい。

yomichiyoga アットマーク gmail.com

② 参加費を振り込む。

振込先：三菱東京 UFJ 銀行 キャッスルタウン支店

(普) 1883682 相澤三千代

③ 振込確認の完了をもって申込みの確定となります。確定をメールでお知らせします。

※会場が大きいため早めに申し込んでください。定員になり次第締め切らせていただきます。

定員締め切り以後はお待ちいただき、空きが出ましたら連絡させていただきます。

できるだけ全日参加でお願いします。

※ 6/15以降のキャンセルは出来ません。

※ 参加者の皆様にはスケジュール等の詳細については改めてお知らせいたします。

(AM10:00開始、午前2時間・午後2時間30分(1日4時間30分を予定しています))

申し込み・振込の〆切 2025年6月10日(火)

問い合わせ 090-6936-7827 (柳生)

090-8532-6631 (相澤)

2025年 Rajlaxmi先生 ワークショップ 申込書

| 参加申込書 | | | | | 必要箇所に○を付けて下さい | | | | |
|--|---|----------------|----------------|----------------|----------------|--------------|--|--|--|
| ふりがな 氏名 | | | | | 男・女 | 年 月 日 生 歳 | | | |
| 住所 | 〒 | | | | TEL | | | | |
| | | | | | 携帯 | | | | |
| email | | | | | | | | | |
| 参加 コース 選択 ○をつけて 選択して下 さい | 東 京 | | | 大 阪 | | | | | |
| | 6/21(土) | 6/22(日) | 6/23(月) | 6/28(土) | 6/29(日) | | | | |
| | 15,000円 | 15,000円 | 15,000円 | 15,000円 | 15,000円 | | | | |
| | プロップス 2000円 | プロップス 2000円 | プロップス 2000円 | プロップス 2000円 | プロップス 2000円 | | | | |
| ヨガ歴 ○をつけて ください | アイアンガーヨガ(年) ・ その他のヨガ(年) | | | | | | | | |
| | アイアンガーヨガ指導員(レベル) ・ その他 | | | | | | | | |
| 現在の 体調 | | | | | | | | | |
| <p>ヨガ道具は出来るだけ持ってきてください。</p> <p>必要なものは、ヨガマット・ベルト2本・毛布3枚・ブリック2個です。</p> <p>レンタルされたい方は2000円/1日でお支払い下さい。</p> <p>数に限りがあります。ご希望に添えない場合がありますのでご了承下さい。</p> <p>(マットはお貸しできません。ご自分のマットを持ちください)</p> | | | | | | | | | |
| 貸与希望の道具 | | | | | | | | | |
| <p>支払い方法</p> <p>参加費合計 _____ 円</p> <p>レンタル・プロップス代金 _____ 円</p> <p>合計 _____ 円 を振り込む 三菱東京UFJ銀行 キャッスルタウン支店</p> <p style="text-align: center;">(普) 1883682 相澤三千代</p> | | | | | | | | | |
| その他何でも | | | | | | | | | |