



## 一日足圧法講座

いままで6回連続のコースでしか習うことができなかった足圧法が、旧の体験講座になりました。

「相手のことを思いやり、見返りを求めることなく、その人の健康と幸せを願って踏む。そうすると、自分まで幸せになれます。これが「二人ヨーガ」といわれるゆえんです。実に即効性のある療法だと思えます。お誘いあわせの上、是非ご参加下さい。お待ちしております。」  
(担当講師：湯沢清枝先生より)

【日時】 3月16日(日) 午後4時～午後6時まで 2時間程度

【場所】 荻窪本部

【定員】 40名

【費用】 会員の方は、月謝+チケットの1回分と指定のプラス料金をお支払い頂くか、以下に定める現金価格をお支払い下さい。ワンモアチケットもご利用になれます。

月謝会員	月謝会員 現金価格	チケット会員	外部会員および チケット会員現金	一般
1回分+1,000円	3,000円	1チケット+1,000円	3,800円	4,000円

【申込方法】 各受付、またはお電話にて承ります。



担当講師 湯沢清枝  
友永ヨーガ学院指導者養成コース4期卒  
ベーシックコース、足圧法、武蔵野体育館、  
カルチャーアカデミーパスカル、各種WS担当

「各クラスにあった、よくわかる説明をしながら行うことを心がけています。決して無理をしないでヨーガを楽しんでください」



JR・東京メトロ 荻窪駅 北口・西口  
より徒歩 3分。青梅街道沿い。

**友永ヨーガ学院**  
TOMONAGA YOGA INSTITUTE since 1978  
www.tomonagayoga.org



【荻窪】 tel:03-3393-5481 fax:03-3393-5466  
〒167-0043東京都杉並区上荻 1-18-13文化堂ビル 3F



【新宿御苑リトリート】 tel:03-5366-2775 fax:03-5366-2779  
〒160-0022東京都新宿区新宿 2-1-2白鳥ビル 5F