

主催 NPO 法人日本 YOGA 連盟 宮城仙台エリア

かぞく たの
家族で楽しむココロとカラダのバランスアップ

おや こ
親子のふれあい☆ハッピータイム

こぎゅうたいそう おやこ めいろ つく あそ
呼吸体操と親子ヨガ。ダンボールで迷路を作って遊ぼう！

ねん がつ にち にち
2014年7月27日(日)9:30～11:30

ばしょ みやぎけんみやぎぐんりふちょう かせぬまこうえん
場所 宮城県宮城郡利府町 モリリン加瀬沼公園

親子のふれあい☆ハッピータイムとは・・・

東日本大震災後に活動を開始した NPO 法人日本 YOGA 連盟宮城仙台エリアの子育て支援活動です。中長期の休日を利用し、ヨガで体を動かすだけではなく、さまざまな体験を通して子どもの健やかなる成長とその最大のサポーターである両親を含む家族の健康を目指すものです。

～募集要項～

4歳～小学生とその保護者

おひとり 100円



～当日の流れ～

9:15 受付

9:30 はじまりの挨拶

呼吸体操と親子ヨガ
ダンボール迷路作り

11:30 終わりの挨拶

お申込み方法

*パソコンから→お申込みサイト <http://kokucheese.com/event/index/177813/> 迄

*携帯(スマートフォン)から→左記QRコードを読み込み、お申込みサイト迄

*e-mailから→nyu.miyagisendai@gmail.com 迄連絡後、申込要項をお送りしますので必要事項ご返信の上お申込み



お問い合わせ・お申込み先 NPO 法人日本 YOGA 連盟 宮城仙台エリア

連盟のホームページ <http://www.npo-yoga.com/>

フェイスブック <http://www.facebook.com/nippon.yoga.union>



Full of life
いつまでも健康を

お元気ですか?ココロとカラダ

地域事業～ヨガで街を元気に～

派遣事業～健康増進、予防に～

2013 年下期の活動

研修会の経験を活かし、講座の開催をしました

<<親子のふれあい☆ハッピーヨガ冬>>



これまでは屋外での開催でしたが、寒くなりましたので、室内で行いました。

ヨガ経験者の保護者に多数ご参加いただきました。

ご自分だけでなく、お子様とも一緒にヨガを楽しんでいただけること、ヨガには色々な動きがあることを知ってもらえたかと思えます。

仙台市でマタニティヨガ研修会が行われました。

4月からの派遣に向け、講義、実技の後、プログラムを一緒に考え、スタートに備えることができました。

<<イキイキ生活サポート講座>>



仙台市青葉区のエルパークにて、「イキイキ生活サポート講座」が行われました。精神科医の先生の講演、セロトニンヨガの講義、実技を行いました。

<<現在開催中の主催教室>>

- ・多賀城市
多賀城市山王地区公民館
毎週水曜日、10:00～11:00、誰でも参加可能
- ・仙台市青葉区
柏木市民センター
月2回、土 or 日曜日、10:00～11:00、誰でも参加可能
- ・名取市
上余田公会堂
月1回、土 or 日曜日、10:00～11:00、誰でも参加可能

その他にも開催教室がありますので、お問い合わせください。

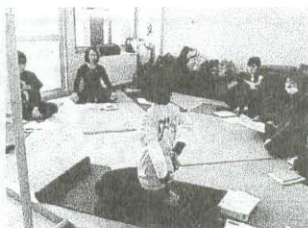
<<ヨガの先生を派遣しています>>

当連盟では、各種人材養成講座、研修会などで専門的知識を学んだ講師を続々と育成中です。

あなたの住まいの近くにも、ヨガサークル、イベント、社会学級、家庭学級、医療施設、社員の福利厚生、研修、福祉施設など各種団体、地域の行事など、参加者のニーズに合わせたヨガの講師をお引き受けいたします。

いつでも気軽に通えるヨガ教室、サークルを始めませんか?開催回数、曜日、時間など、ご相談に応じます。まずは、お気軽にお問い合わせください。

<<マタニティヨガ研修会>>



今後の活動予定

- ・7日間指導者養成講座(9月～)
- ・親子のふれあい☆ハッピーヨガ(7月)

詳しくは、当連盟ホームページにて

発行者 NPO 法人日本 YOGA 連盟宮城仙台エリア ご意見、ご感想をお寄せ下さい。

HomePage <http://www.npo-yoga.com/> E-mail nyu.miyagisendai@gmail.com