

ケン・ハラクマ先生による

# オリエンタルアジャストメントヨガ セルフマッサージ&ボディケア



**肩こり、腰痛もすっきり！**

**お家でできる頑張らない筋膜リリースセルフコンディショニング！**

本プログラムのオリエンタルアジャストメントは、ヨガ×タイ古式マッサージを融合した世界初のセラピー系プログラムです。肩こり、腰痛の根本原因とされている、全身を包む「筋膜」のよじれ、縮み。その筋膜を自分でセルフコンディショニングしていただくことのできるプログラムです。日本国内のヨガ第一人者であるケン・ハラクマ氏と、日本タイ古式マッサージ協会エグゼクティブトレーナーである木内周史氏（人体の仕組みを知り尽くし、日本国内のパーソナルトレーナー、セラピストから圧倒的な支持を受けている）の2人がコラボレーションして生み出したスペシャルプログラム。ヨガ経験が全くない方でも安心してご参加いただけます。

**日時：2019年9月22日（日）17：30～19：00**

会場：ホテル マリンパレスさぬき 香川県高松市福岡町二丁目3番4号 \*無料駐車場あり

TEL：087-851-6677 URL：<https://www.mp-sanuki.jp/>

参加費：税込¥4,000（IYC四国メンバーとIYC各TTC修了者は 税込¥3,500）

※IYC四国メンバーとはお申込み時に期限有効のIYC四国チケットorマイソールパスをお持ちの方

※IYC各TTC修了者とはアシュタンガヨガ/ハタヨガ/ヒーリングリラクゼーションヨガなどケン先生による指導者養成コース、スローフローヨガ/キレイになるヨガ/ラジヨガ指導者養成コースのうちのいずれかを受講済みの方

## <お申込方法>

メールにてお申込み：件名に「ケン先生オリエンタルWS参加希望」と明記して、本文に ①氏名 ②携帯番号 ③メールアドレス ④IYC各TTC修了の有無 をお書きください。お申込み確認後、参加費の振込先をお知らせいたします。PCのyahooメールから返信しますのでメールの受信設定にご注意ください。（なお、お申込み後3日以内にこちらからの返信がない場合は、お手数ですがご連絡ください。）

お申込み・お問合せ：IYC四国スタジオ 穴吹早祐美

TEL：090-7622-6653 E-mail：[shikokuiyc@yahoo.co.jp](mailto:shikokuiyc@yahoo.co.jp)

URL：<https://www.shikokuiyc.com/>