



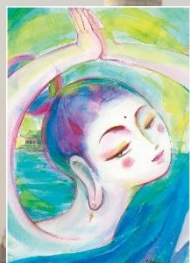
在大阪・神戸インド総領事館



国際ヨガ DAY 関西 2022 滋賀

ポストイベント ～インド DAY in 守口～

Post-event of International Day of Yoga KANSAI 2022 Shiga



インドの**スペシャリスト**が守口に集合！
インド文化と魅力を伝える展示・講座を開催致します。
講座参加者には、国際ヨガ DAY **オリジナル記念 T シャツ**をプレゼント致します。

展示 予約不要

【期間】 **7/11(月)～31(日)**
【観覧】 **無料**

【場所】 ①守口市役所 1階ロビー ②中部エリアコミュニティセンター
守口市役所 1階と地下 1階にて同時開催 ぜひ両方ご覧ください。

【タイトル】 『ヨガ インドから日本へ』 展
ヨガは、心と身体に調和をもたらし、ホリスティックな健康と幸福を目指す古代インドの叡智です。インドにおけるヨガの歴史、日本ヨガ史、国際ヨガ DAY についてご紹介致します。インドの世界へどうぞお越しくださいませ。

講座 要予約

【期間】 **7/31(日)**
【料金】 **無料**

【場所】 中部エリアコミュニティセンター
※守口市役所地下 1階

【予約】

- ①お電話 06-6991-0318
- ②ご来館 予約受付 9:00～21:00
- ③ホームページ



【アクセス】

住所：守口市京阪本通 2丁目 5-5
交通：京阪電車「守口市駅」より徒歩 3分
地下鉄谷町線「守口駅」より徒歩 5分

講義

優しいヨガの基礎知識 時間：9:30～10:15 定員 40名

- 講師：大麻 豊 氏(国際ヨガ DAY 関西実行委員会)
- 内容：ヨガのルーツ、心と身体の健康法をお伝えします。老若男女、肩コリから心の安定までがヨガの範囲です。



満員御礼

本場インドのヨガ体験 時間：11:15～12:00 定員 40名

- 講師：ナリニ トシワラ 氏(ルチカ・インディアン・ダンス・アカデミー代表)
- 内容：ヨガマットもしくは、バスタオルをご持参ください。初心者の方も大歓迎です。ぜひ一緒に素敵なヨガの時間を楽しみましょう。



講義

アーユルヴェーダ講座 時間：13:00～14:00 定員 60名

- 定員：60名 ■講師：北西 剛 氏(きたにし耳鼻咽喉科院長)
- 内容：～インドの医学 アーユルヴェーダって？長寿の智慧 アーユルヴェーダを身近に感じてもらいます。ミニオイルプレゼント！！



講義

はじめてのインド旅 時間：15:00～16:00 定員 60名

- 定員：60名 ■講師：高橋 至 氏(エアインディア リミテッド)
- 内容：長い歴史と多彩な文化を持つインドは、ぜひ訪れたい国の一つです。さまざまな角度から、インドの旅の魅力をお伝えします。



主催：守口市中部エリアコミュニティセンター
共催：在大阪・神戸インド総領事館 ・ 国際ヨガ DAY 関西実行委員会
協力：きたにし耳鼻咽喉科 ・ エアインディア リミテッド

★急遽同日開催決定★ **アーユルヴェーダ無料 WS**
内容：頭皮・耳裏・足裏の3点セルフマッサージを伝授
時間：①12:10～12:40 ②14:10～14:40
③15:00～15:30 ④16:10～16:40
ミニオイルプレゼント！