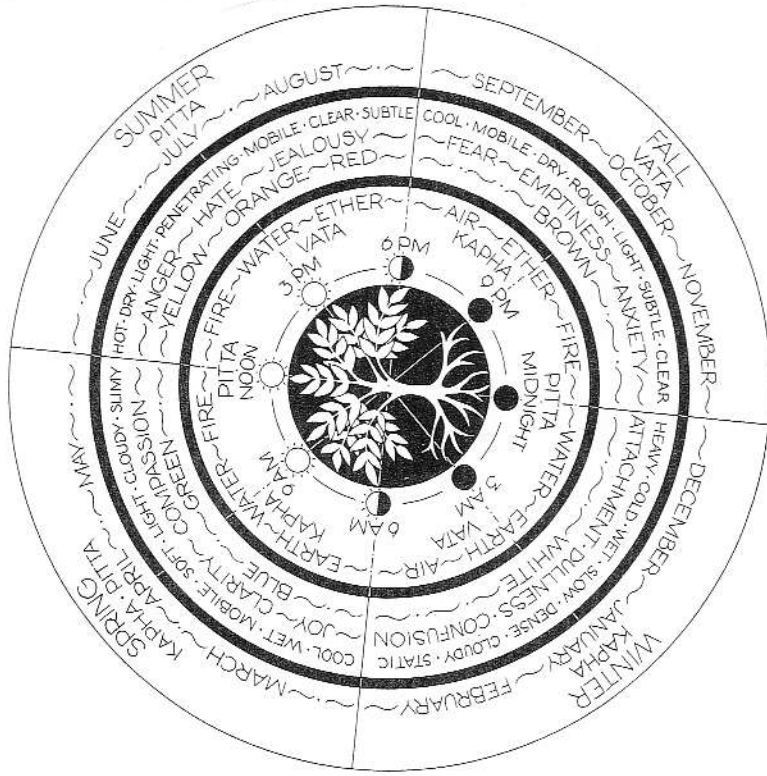


studio yukar presents

Ayurveda & Ayurvedic yoga

2014.5.25 (sun) 10:30-16:30 八王子河川敷広場



<http://minachiga.adliv.jp/>

多文化・環境共生型野外フリーイベント

みんなのちがいを活かそう

Time table

11:00~

マントラチャントニング (はじめのお祈り)
子どもと一緒に5カ国語太陽礼拝 (1、2、3、4、5~をサンスク
リット語、アイヌ語、韓国語などでカウントしてみよう)

13:00~

アーユルヴェーダ問診 (カウンセリング) シロアヴィヤンガ (ヘッド
マッサージ) パダアヴィヤンガ (フットマッサージ)
ヨーガ個人指導 各々15分 500円

15:00~

マントラチャントニング (おわりのお祈り)
太陽礼拝 (一日の感謝をこめて)
セルフマッサージ用、ベビーマッサージ用のオイル販売いたします

スタジオ ヌカルとは

ヌカルとはアイヌ語で「真似る」。

古代の叡智を真似てみる。それは伝えるということ。

アーユルヴェーダセラピスト atsuko hitose

studio yukar

<http://kamuyukar/jimdo.com/>

kamuyukar@yahoo.co.jp