

高齢者向けの教室プログラム

「認知力・感知力・行動力(機敏性)向上・おもしろーいヨガ」

▼こんな講座です

令和に入り高齢者の運転による交通事故が多発しています。ブレーキやアクセルの踏み間違い、一瞬の判断力が機敏性として機能できない、いわゆる「脳や身体機能の衰え」が原因といわれています。

AI 技術が進む中でも、人能力の若返りこそ大事だと提唱し、尽力される山田晃先生の人智力向上に関わる楽しいヨガ教室をご紹介します。

インストラクターの皆さんへは、ご自身の教室プログラムの参考になります。



山田晃先生

日程：令和6年10月5日(土)
15:00~17:00

会場：ガイアネットワークヨガステューディオ
(岩手県盛岡市紺屋町 4-24)

定員：10名(先着順)
※オンライン受講も同時に募集します。
(オンライン定員:10名)

申込締切：10月2日(水)

講師紹介

山田晃氏

新潟県在中
沖ヨガサンヘルス 主宰 (創業・開設者)
認定NPO法人日本ヨガ連盟ヨガアドバイザー
新潟ヨガクラブ 代表
沖ヨガ総合塾 塾長
「ヨガは教えるものでなく一緒に学ぶもの」を
信条に指導歴 45 年。

主催:認定 NPO 法人日本ヨガ連盟

申込、詳細はこちら:



受講料：3,300円(税込)

非会員の方は賛助会員になっていただけます。
(賛助会員会費:3,000円)

詳しくは連盟ホームページをご覧ください。

<http://www.npo-yoga.com>



お申し込み・お問い合わせはこちらへ



〒020-0885 岩手県盛岡市紺屋町 4-24

MAIL : info2@npo-yoga.com