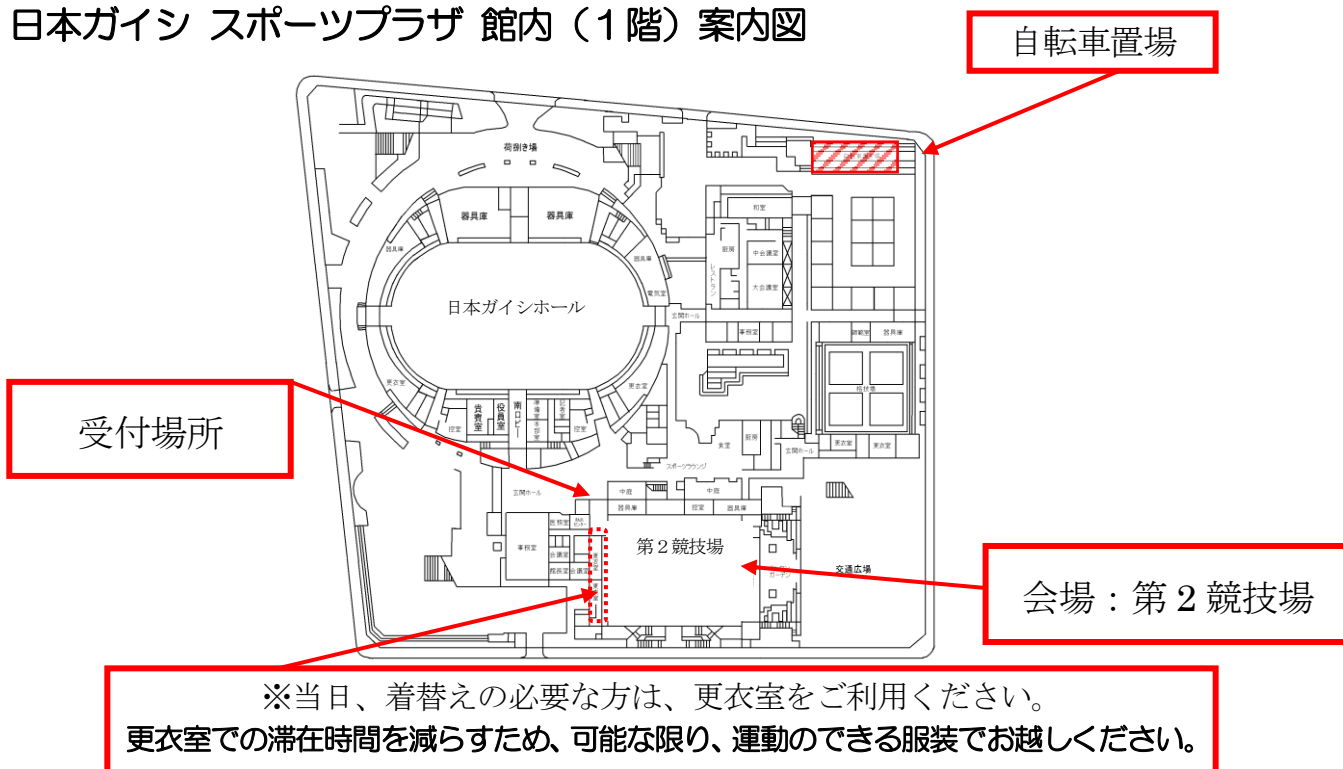


日本ガイシ スポーツプラザ 館内（1階）案内図



当館は、新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じています。

- (1) 受講者の方は参加申込書兼健康チェックカード（HP から印刷可）をご記入の上、受付に提出してください。
- (2) マスクを着用してお越しください。
- (3) ヨガマットをお持ちの方は、ご持参ください。
- (4) ストレッチマットの貸出はしますが、ご利用後は消毒をして返却してください。（消毒液等貸出あり）
- (5) 更衣室での滞在時間を減らすため、可能な限り、運動のできる服装でお越しください
- (6) 会場の換気・受講者の健康状態の確認等、新型コロナウイルス感染拡大防止対策をとらせていただきます。
- (7) 新型コロナウイルス感染症の影響により、開催時期の変更もしくは開催を中止する場合があります。

講師 名倉 綾子 プロフィール

心身を調整し自己治癒力を高めるヨガや呼吸法など
15年で1,000人ほど(初心者～オリンピック選手、
2歳～80代まで)指導。

ヨガ指導の他

2020年、(社)吉報道協会認定スター吉報士資格を取得し
気学鑑定師としても活動を始める。

また2021年、マキノ式アドバンスチャイム音響師資格を取得。
フランス製カリヨンチャイムによるサウンドヒーリングや奏者として
名古屋・東海地区の中心となり活動中。

ヨガ・呼吸法・瞑想指導歴 15年

松下ヨガ学院認定指導員

インド中央政府スワミ・ヴィヴェーカーナンダ財団認定ヨガ教師/ヨガセラピスト

タイ式マッサージセラピスト協会認定ヨガインストラクター

ナマステヨガアカデミー-Hawaii アドバンス修了

マキノ式アドバンスチャイム音響師

吉報道協会認定スター吉報士



【問い合わせ】 ホームページ

<https://www.padma.jimdofree.com/>