



世界中で大人気の Yogic Arts (ヨギックアーツ) ダンカン・ウォン氏 ワークショップ 「クロスコアフロー」

クロスの動きを感じながらフローを行うことでコアの深いところから身体がのびやかに広がるのを感じられるWSです。バンダ(重心)とプラナ(拡張ライン)をつなげることで、骨と筋肉がつながるのを感じます。

エネルギーがスムーズに流れ身体に熱を生み出します。

ダイナミックなクロス動きは心と身体を解放し喜びをもたらします。

10,000年前からあるといわれているカラダに秘められたバランスを見だし、生来の啓蒙を呼び起こします。

クロスコアのつながりが、私達の頭脳の中の高貴なチャクラの中心に結びつき、ハートチャクラに連動します。

そして、私達の精神が天空レベルへと導かれるのです。カラダと宇宙のつながりを体感しましょう。

講師：ダンカン・ウォン (Duncan Wong)

開催日程：2018年8月7日(火) 19:00 - 20:20

開催会場：盛岡市民文化ホール 第1リハーサル室

岩手県盛岡市盛岡駅西通二丁目9番1号

参加費：¥4000 -

持ち物：ヨガマット、飲み水

お申込み方法：ホームページの申込フォームまたは、メールにてお申込みください。

※メールにてお申込みの場合、住所・氏名・電話番号を必ずご記入ください。



HP



申込フォーム



いわてヨガライブ実行委員会

〒027-0084 岩手県宮古市末広町8-12F カズミスタジオ内

E-mail: live@yogalive.jp TEL/FAX 0193-77-5633

<http://iwate.yogalive.jp/>