

2012年2月17日

第36回 青雲塾 ご案内

青雲塾担当 松井繁幸 (第23期)

1. 日時 2012年3月27日(火) 午後7時00分～
2. 場所 備後町クラブ 3階 和室
大阪府中央区備後町3-6-14 アーバンネックス備後町ビル (地図参照)
電話 06-6264-1598
3. 講師 松田 靖子 氏 (ヨガ エアロビクス パーソナルトレーナー)
4. レッスン 『^{けいろく}経絡ヨガ入門』
— 一気の巡りを整えて 心も体もリフレッシュ! —』
5. 会費 4,000円 (下記の懇親会込み、レッスンのみは1,000円)
6. 講師のプロフィール
(経歴) エアロ指導歴 28年 (ings Cup 優勝)
ヨガ指導歴 22年
(資格) オージースポーツ (コスパ) パーソナルトレーナー
セントラルスポーツ パーソナルトレーナー
NPO法人国際ヨガ協会講師
(有) フィットネスヨーガ協会
ナチュラルヨガ・パワーヨガ講師
(得意分野) ●姿勢改善 ●柔軟性向上 ●機能改善 ●ヨガ療法
●リンパ経絡マッサージ ●ヨガのアーサナー上達
7. 松田講師からひと言
「簡単なヨガのポーズを使って、働いていない筋肉や動いていない骨を動かして、体の歪みや肩こり腰痛などを改善するレッスンです。体の硬い方でも安心して受けていただけます。」
8. 青雲塾担当から
実は、私が通っているアスレチック・クラブで、毎週、ヨガのインストラクターをされています。毎回、そのプログラムが千変万化で、どれだけ奥が深いのかと感心しています。完全に自分のものにされているので、変幻自在に出来るのでしょうか。松田さんのレッスンのときは常に行列が出来ています。
そんな松田さんに、前から、青雲塾の講師をやっていただけたらなあと思っていました。それが、独立して谷町7丁目でスタジオを開設され、ちょうどいいタイミングなので今回実現した次第です。
せっかくの貴重な機会ですから、ご家族、知人も是非お誘い合わせください。

- ★レッスン終了後、講師を囲んでの懇親会が2階 洋室「かし」であります。
- ★当日の連絡先：松井の携帯電話 090-5046-4075

地下鉄御堂筋線 本町駅下車1番出口を出て、左（御堂筋とは反対方向）に進み、1つ目の角(ドコモショールームが目印)を左に曲がった2つ目のビル。(徒歩3分)



(会場の詳細地図)



----- ✂ -----
第36回 青雲塾 レッスン 『経絡ヨガ入門
一気の巡りを整えて心も体もリフレッシュ！』

★申込先：青雲会事務局へお願いします。

----- 青雲会事務局連絡用 -----

1. レッスン (出席 欠席) します

2. 懇親会 (出席 欠席) します

お名前 (期)