

YOGA STUDIO POSTURE

毎年軽井沢で行われていたヨガイベントTrue Natureや
東京タワーのふもとで行うTrue Nature DUSKのクリエイティブディレクターであり
ウェアデザイン、ヨガミュージックの制作など幅広く活躍中のKENGO先生のWS!
ご予約はお早めに!

KENGO NOMURA SPECIAL WORKSHOP

KENGO profile

ヨガインストラクター、鍼灸師、立教女子短期大学非常勤講師
True nature/Creative Director

スケートボードカルチャーの影響を受けながら過ごしたサンフランシスコで怪我をきっかけにヨガと出会う。
自由に創造性豊かなビンヤサヨガ(動きと呼吸の連動したスタイル)を得意とし、ヨガを"音"で表現する[音
YOGA]鎌倉Quiet timeを主宰、ヨガとクリスタルボウルの生演奏が楽しめる。
より深くヨガを理解するため医療系の専門学校で解剖学、生理学、東洋医療、鍼灸学を学び、専門機関での
解剖実習や臨床実習にも参加している。
今年春にはクリスタルボールCD付きの書籍「こころと身体を整える クリスタルボウルの響き」を出版。
Quiet time HP <http://www.quiettime.jp>
True nature HP <http://truenature.jp>
アンバサダー LUZ e SOMBRA(www.luz-e-sombra.com)

メッセージ

鍼灸の治療でも自律神経の働きを調整する治療法があります。
自律神経の基本的な働きとヨガ、アサナとの関係性を学べる内容となっています。耳から入る音が自律神経
の働きに与える影響は大きいです。最後は30分以上の長いシャバアサナの音ヨガもやりますのでぜひ極上
のシャバアサナを体験しに来てください。



クリスタルボウルの響き
¥1,400当日店頭販売

ポスチャー高崎店 7/22SAT

1部 / 13:00-15:00

身体のカミをとるヨガ基礎座学

2部 / 16:00-18:00

音Yoga~身体のカミをとるビンヤサ実践~

●参加費 / ビジター 1部¥5,000 2部¥5,000(2本セット¥9,000)

会員様 1部¥4,500 2部¥4,500(2本セット¥8,000)

●定員 / 各20名 **完全予約制**

