

# ひめトレヨガセミナー

ひめトレのメリットを活かし心地よくヨガを行うための「ひめトレ活用術」

ヨガをもっと気持ちよく楽しんでいただくために、本来のヨガの良さをもっと体感するために、サポートとなってくれる万能ツール「ひめトレ」  
「ひめトレ」を使い、繊細な骨盤底筋の「感覚入力」を意識することで身体に対する内観力や、ヨガのポーズを取る時の安定力や集中力が高まります

ひめトレの更なる活用方法を学びたい方や  
機能改善ヨガのツールバリエーションを広げたい方  
におすすめのセミナーです！！

※参加条件：「ひめトレBIR」を受講された方、または  
過去に「ひめトレ2daysセミナー」を受講された方



●日時：2018年6月17日（日）13:00～16:00

●受講費用：非登録員 13,635円  
（税込）登録員（初回） 12,276円  
登録員（再受講） 6,804円

※当日、現金でのお支払は、受講料+540円となります

●定員：20名（先着順）

●担当講師：川瀬ひとみ

当協会講師

日本コアコンディショニング協会ひめトレ教育トレーナー

全米ヨガアライアンス200時間修了

ヨーガニードラーセラピスト

フィットネスクラブや地域主催のヨガクラス、また介護予防教室などで「ひめトレヨガ」を行っています  
ひめトレを使うことで、ポーズの取りやすさや呼吸の深まり方が違うためレッスン中いつも以上に集中して、ヨガを楽しんでいただけることが実感できます。「高齢の方や、ヨガ経験が少ない方にも無理なくヨガを楽しんで欲しい」そんな指導を目指している方におすすめです！



●会場：からだの学舎Re-fit

〒591-8023 大阪府堺市北区中百舌鳥町5丁764-2 中百舌鳥ビル2F

<http://karadanomanabiya.com>

<後援 一般財団法人日本コアコンディショニング協会 >

<申込方法 ①電話申込>

- (1) 下記までお電話下さい ※留守番電話での受付は致しかねます
  - 協会事務局携帯：072-253-1757  
(平日 10:00~16:00)
- (2) 申込用紙に必要事項を記入の上、協会事務局までFAX(072-253-1757)をお送り下さい
- (3) 受講料をお振込み下さい ※申込受付から2週間以内

<申込方法 ②メール申込>

- (1) 協会ホームページ <http://www.ikinobi.org/> の「講習会申込」画面より、必要事項を入力してメール送信を行って下さい
- (2) 確認の返信メールをお送りします
  - ※申込完了は返信メールが届いてからとなります
  - ※営業時間外に届いたメールは、返信が遅れることがございます
- (3) 受講料をお振込み下さい ※申込受付から2週間以内

振込先:三菱UFJ銀行 泉ヶ丘支店 普通:4730531

特定非営利活動法人いきいき・のびのび健康づくり協会

FAX番号⇒072-253-1757まで!

申込日 年 月 日

ひめトレヨガセミナー 受講申込書

〔フリカナ〕		〔性別〕 (男・女)	
〔氏名〕		〔生年月日〕 西暦でご記入下さい 年 月 日(満 歳)	
〔住所〕〒 —			
〔連絡先〕(自宅)		(FAX)	
(携帯)		(MAIL)	
〔勤務先名と住所〕 勤務先名: 〒 —			
(TEL)		(FAX)	
指導内容	指導歴(年)	指導内容	指導歴(年)

〔受講料〕 ※該当する□に✓印をつけて下さい

〔受講料のお振込みについて〕 ※必ずご記入下さい

<input type="checkbox"/> 非登録員	13,635円
<input type="checkbox"/> 登録員(初回/No:N—)	12,276円
<input type="checkbox"/> 登録員(再受講/No:N—)	6,804円

お振込日	年	月	日
振込銀行			銀行
			支店
受講料			円

●振り込まれた受講料は、ご返金できません。  
ご本人が参加できない場合は、代理人の方を  
たてられることをお勧めします。