

**1月15日（金） 19：15～20：45**

## **Ken 先生と過ごすスペシャルナイト【New Moon Yoga】**

元旦満月からスタートする 2010 年。パワフルな1年の始まりに勢いをつけるべく 2010 年一回目の新月の夜…Ken 先生が水戸にやってきます。

物事のスタートや再開に最も適した新月。そんなパワフルな夜、日本ヨガ界の第一人者である Ken 先生と一緒に過ごせるスペシャルナイトです。ピース！ハッピー！ジョイ！最高の一年にしましょう。

参加費：4,000 円



**1月16日（土）**

## **Ken 先生からみなさんへ ビッグなお年玉ワークショップ**

**①9：00～10：30**

アシュタンガヨガフルプライマリーレッドクラス

参加費：4,000 円（IYC 養成コース終了者 3,000 円）

**②11：00～13：00**

プライマリー徹底解剖

アシュタンガヨガプライマリーの詳しいポーズの解説とアジャストを使った練習

参加費：5,000 円（IYC 養成コース終了者 4,500 円）

**③13：30～15：30**

ヨガでより健康に美しく…

自分らしいヨガとの関わり&リラクゼーション

参加費：5,000 円（IYC 養成コース終了者 4,500 円）

申し込み：メールまたはスタジオにて直接お申し込みください。スタジオにてお支払いまたは指定口座へのお振込み確認後正式なお申し込みとさせていただきます。

[sp@shantipurna.com](mailto:sp@shantipurna.com)

指定口座：常陽銀行泉町支店（普）1612635 ヨガスタジオシャンティ