

ビジョンヨガ オーガニックオリーブオイルde お料理パーティ



スッキリ&リフレッシュ
初めての方、体の固い方、
年齢問わず簡単にでき、
心地よくなります。
熟睡効果が高く、たまっ
ていた疲れがとれます。

■日時：9月11日(日) 10:15~15:00

10:15~11:45 ビジョンヨガ
12:30~15:00 お料理創作&お食事会パーティ

最高級オリーブオイル(チュニジア産 100%オーガニック)を使ったお料理会。

<http://www.oliveoil-tunisia.com> (ウィルノードジャパン株式会社)

オリーブオイルのテイスティング、

新商品“DONIA”を使いオリジナルドレッシングを作ります。

当日、ご参加された方へのみ、お得な情報もあります。

■会場：ヨガ…神戸学生青年センター

(神戸市灘区山田町 3-1-1)

◇参加費：ビジョンヨガ ¥3,000- (回数券可)

パーティ…さくら庵 (阪急「六甲」駅徒歩10分)

◇参加費：¥1,500- (パーティのみの方は¥2,500-)

パーティ会場は、ご予約後に詳細をご案内いたします。



■お申込先：☎ 078-882-3160 (後藤) メール：angel@la-sophia.co.jp

<動きやすい服装、お水をご準備ください。始まる15分前を目安におこし下さい。>



ビジョンヨガ誘導：後藤有美 同志社女子大学卒業、大手住宅メーカー退職後、関西圏中心にビジョンヨガインストラクター、タッチセラピストとして活動中。関西チームのリーダーとして後輩指導、プロデビュへの指導も行っている。誘導中の声の心地よさには定評があり、2004年「大石健一のビジョンヨガ熟睡法」のCDナレーションを担当。2006年DVD「熟睡ゆるりヨガ」に誘導出演、2008年DVD「夢を叶える身体と心づくり」で再販。女性雑誌『CLASSY』他、新聞メディアにて紹介される。企業でのヨガ、ラジオ出演、講演、ヴォイスワーク、タッチセラピー手法法講師、身体講座を開催。2009年～はネット商材“INFOTOP”に出演し活動中。〈HP〉<http://www.la-sophia.co.jp/yumi/>