

綾aya 食べるヨガ ～心とカラダを作る食べ物～

令和元年 9.29 ⑩

セミナー参加費 無料

15:00～16:00

ウインクあいち6F 姫コラソン会場内 セミナーA会場

あなたは普段どんな物を食べていますか？
その食べ物がカラダだけではなく
『心』にも影響することを知っていますか？

「ヤル気が出ない」

「イライラする」

「落ち着かない」…

そんな状態に食べ物が関係しているとしたら？

カラダだけじゃない心にも影響を与える
食べ物についてをヨガ的にお話します。



講師 綾 aya

ヨガ起業家
名古屋を中心に活動。指導歴13年。

お子さんから90歳を超える方まで、初心者からオリンピック出場フィギュアスケート選手まで幅広い指導経験を持つ。

難易度の高いポーズの追求ではなく、誰もが日常に活かせる美容健康法としてのヨガをお伝えしている他、2019年8月『冷え取りコリ取り健美協会』を設立し、万病の元と言われる冷えとコリを改善するレッスンや講師養成にも力を注ぐ。

また、コシチャイムを使ったマキノ式癒しのチャイム音響師として、倍音ヒーリング『音のクスリ』の施療や、アカシックカードを使用したアカシックセッションなどを行うヒーラーとしても活動中。

姫コラソン

NAGOYA Vol.29

美容・癒し・健康・古い・食・教育の祭典
ウインクあいち 6F 展示場

【セミナー事前申し込みの特典】

- ① 姫コラソンの入場料が無料に！
- ② ブースで使えるプラチナ☆チケット
(金券) 3,000円分プレゼント！

※ セミナーの事前申し込みは
9月18日に受付を終了します。

※ 当日参加の場合、姫コラソンの
入場料1,000円が必要となります。
プラチナ☆チケット 1,000円分を
プレゼントするので、実質は入場
無料と同等です♪

セミナー事前申込



お問い合わせ先 info@himecorazon.com