

平成27年12月吉日

親和全期会 会員・賛助会員 各位

## ♪ 誰でも気軽に 1dayヨガ教室 ♪



親和全期会 代表幹事 奥 国 範  
同 企画委員長 菅 沼 篤 志

謹啓 初秋の候、会員・賛助会員の先生方におかれましては、益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。

この度、親和全期会では、男女問わず誰でも気軽に参加できるヨガ教室を企画させていただきました。インストラクターは、全米ヨガアライアンス認定 200h (RYT200)、アナトミック骨盤ヨガ指導者養成コースを終了されている加藤真理子さんです。ご自身で教室をもっておられイベント等にも参加されるなど大変お忙しい中、今回特別に、1 day レッスンを開催していただけることとなりました！アナトミック骨盤ヨガとは、骨盤に特化した注目の新メソッドで、ゆっくりとした動きでしっかり体を動かし体幹を鍛えるヨガになります。

参加ご希望の方は、12月11日(金)までに、下記参加申込書にご記入の上、ファックスまたはメールにてご連絡をお願いいたします。なお、会場の広さの関係上、定員12名(先着順)とさせていただきますのでご了承いただけますと幸いです。是非とも多くの先生方のご参加を心よりお待ちしております。

記

日時：平成27年12月15日(火) 午後19時30分～21時  
(19時30分からレッスンのため、着替えなどの時間を考慮して少し早めにお越しく下さい。会場は午後19時から開いております。)

場所：道場「一道館」 <http://www.burarian.jp/gym.html>  
(東京都千代田区神田淡路町1-2 クリスタルビル3階弁護士法人淡路町ドリーム内丸の内線「淡路町」駅、都営新宿線「小川町」駅A3出口を出てすぐ)

参加費 **2500円** なお、既にヨガマットをお持ちで、ご持参いただける場合は、参加費2000円です！

※会場の道場は床が固いため、ヨガマットが必要になります。タオル等での代用は不可とさせていただきます。

持参物：着替え、タオル

参加申込書 ※12月11日(金)締め切り

担当 山下洋美 宛 ( Fax: 03—5298—6170 / Eメール: [yamashita@adreamlaw.com](mailto:yamashita@adreamlaw.com) )

下記いずれかにチェック(下の場合は色の指定)をお願いします。

- ヨガマットを持参します(参加費2000円)  
 ヨガマットをレンタルします(参加費2500円)

ご芳名 \_\_\_\_\_ ( 東京法曹・法曹大同・二一 \_\_\_\_\_ 期 )

◆研修・企画情報満載の親和全期会のホームページをご覧ください。  
<http://shinwazenki.com/>

ID : shinwazenki  
PW : shinwazenki14