

## からだの声を聴こう!



### BAN 先生のヨーガ・真言のワークショップ with ボイスセラピー

—心も身体もスピリチュアルになってみよう!—

身体はとても正直です。心をごまかすことができても、身体の声を見無視することはできません。昨年からの好評の BAN 先生の呼吸とヨーガと真言の WS に、ボイスセラピーも「声」からコラボします。秋の土曜日心とからだにたっぷり栄養をあげましょう！日頃の不調が、呼吸とヨーガと声によって、解放され、心も身体も芯から活性化されます。みなさんと一緒に楽しみながら、スピリチュアルな心と身体になりましょう！

・日時 2010年10月23日(土) 10:30~12:00 ワークショップ  
12:00 ~12:30 ティータイム

・会場 MonoSpace(モノスペース) ・定員 12名程度  
地下鉄東山線「東山公園」駅4番出口を出て左へ2つ目のビルの2階  
(「鶯」と大きく看板の出ているお店のビル2Fです)

〒464-0807 名古屋市千種区東山通 4-10-4 Tel.052-734-9435 090-5117-5451

\*コインパーキング100円/30分 800円/一日 ハロードウーインターナショナル  
(モノスペースの並び)の東山通りをはさんで反対側と動物園近くにありす

・内容 Ban 先生ハタヨガ・真言・呼吸法 ボイス スピリチュアルボイスワーク

・参加費 3500 円 (ハーブティー&オーガニックスイーツつき) 動きやすい服装・ヨガマット  
ヨガマットレンタル 6人分あります！予約先着順

#### 講師 Ban(坂)こういち



名古屋で若手人気ナンバーワンのヨガインストラクター。柔軟な身体と、わかりやすく親しみやすい指導、そばにいるだけで癒される独特のユーモアに、ヨーガファンが急増している。

名古屋のエナジーバディ JonetsuYoga, Body&Soul, NYC などにてアシュタンガヨガ、ハタヨガを伝えている。



#### お申込み お問い合わせ

ボイスセラピーはるにれ ☎052-784-8800 fax052-784-8700  
〒464-0819 名古屋市千種区四ツ谷通 3-26 四ツ谷ビル 702

<http://www.voicetherapy.info> e-mail [info@voicetherapy.info](mailto:info@voicetherapy.info)

