

ライブ音楽と流れるフローヨガセッション

Flow to the Music Yoga Session

リラックス感と自己表現を気づくためのヨガ体験。

このセッションの特徴は、ライブキーボードの音楽と合わせて、ポーズと呼吸をします。プロのピアニストも、皆さんの動きを見ながら、音楽を合わせて演奏します。この時間、この場所で、この皆さんで、特別な雰囲気を作り上げます。

ヨガは、体と心に優しいフローのアサナ、そしてゆっくりと関節まで伸ばす陰ヨガのポーズで、気持ちよく疲れを取って、スッキリします。

音楽は、メインがキーボードの生演奏で、リラックス感をもたらすだけではなくて、私たちの体の動きと合わせて、ムードが変わります。

アメリカ在中のヨガインストラクター、アリ、と名古屋に長く住んでいるミュージシャン、デービッド、のコラボで、世界一つの体心を動かす体験を届けます。

日にち：6月5日（日）

時間：13:30～15:30

場所：湘南シャイズヨガスタジオ

〒460-0013 名古屋市中区上前津 1-12-28 1F

値段：3,500 円

* 予約はこちらへ

Tel: 052-253-5515 Mail: info@shounan-shyz.com



講師紹介 Facilitator Introduction

アリ・Ali

ニューヨーク生まれ、12年間日本に住んでいて、現在アトランタに住んでいる。15年間ヨガを練習していて、アシュタンガ、ラクシュミ、ラジャー、とアクロビヤサヨガを勉強してきた。最近の2年間、ヨガのクラス、ワークショップ、リトリートを日本で行っている。



デビット・フリーマン

David Dean Freeman

イギリスのマンチェスター市生まれ、18年間日本に住んでいる。30年間のミュージシャンと演奏者の経験がある。ドラマやダンスのための伴奏が専門である。そしてパークリー・アカデミーにて作曲と映画やビデオゲームの音楽を勉強した。2年間サウンド・ヒーリングを勉強していて、瞑想などのために音楽を作っている。ミッションとは、音楽を通じて、世界を癒して、同感している方々を呼び集めて、愛を照らす。そして本当の可能性を示す。

YOGA

湘南シャイズ
ヨガスタジオ

湘南シャイズヨガスタジオ

名古屋市中区上前津 1-12-28

TEL 052-253-5515 メール info@shounan-shyz.com

ホームページ <http://shounan-shyz.com>