

アーユルヴェーダ はじめの一步

アーユルヴェーダといえば、美容、痩身のイメージがありますが、WHO(世界保健機構)も認めるインド発祥の伝統医学です。今回の講座は、アーユルヴェーダが初めての方のためにアーユルヴェーダの成り立ちから、食事、ライフスタイル等初めての方でもすぐに生活に活かせる内容です。また実技では、簡単なスイーツを作る予定です。



講師: 浅貝賢司先生



インド政府認定アーユルヴェーダ医師
日本アーユルヴェーダ学会理事
日本アーユルヴェーダ学会認定講座講師
神戸アーユルヴェーダ主宰
<http://kobe-ayurveda.com/>

2004年インド国立グジャラート・アーユルヴェーダ大学医師課程入学。2009年アーユルヴェーダ医師資格修得後、実際にインドで医師として活躍。現地の病院で多くの経験を積み、2011年に帰国。全国でアーユルヴェーダの講演を開催。本講座では、インドで実際に行ってきた治療や自分自身の身体の不調を治した経験などを紹介しながら、日常生活でもすぐに取り入れることができるアーユルヴェーダの知恵を説明します。現在、大学院で教育学を専攻中。研究テーマは「アーユルヴェーダの教育学」。

日時: 2020年5月31日(日)
10:00 ~ 11:30

会場: 未定(京都市四条烏丸周辺)
※決まり次第お知らせします



会費: 3,000円 (当日受付にてお支払い下さい)

申し込み方法: ・電話・FAX・メール等で必ず事前予約をお願いします。
氏名・住所・電話番号・メールアドレスをお知らせ下さい。
・お電話でのお問い合わせは午前10時~午後6時の間に
お願いいたします。

アーユルヴェーダ初級認定講座京都5期 本年7月開講予定

主催・お申し込み・お問い合わせ

日本ヨーガ禅道院

〒612-8017 京都市伏見区桃山南大島町70-25

☎ 075-621-3831 ☎ 075-621-3839

🌐 <http://www.yoga-zen.org/>

✉ info@yoga-zen.org

