



発信年月日：令和7年1月14日

所属部課		連絡先	TEL 0837-23-1185 FAX 0837-22-9077
市民生活部 市民活動推進課			
件名	CS.YOGA YouTube 公開収録 in Yamaguchi の開催について		

全国ヨガインストラクター応援チャンネル CS.YOGA 主催により、長門市市民活動支援センターにおいて、実際のヨガレッスンの様子を動画撮影し発信する YouTube 公開収録が行われます。

ヨガと心理学を通して「自己肯定感が高まる」身体と心が整うヨガを伝える長門市在住のヨガ講師・ヨガ心理学講師の KANAKO さんも参加される予定です。

については、当日の取材についてご配慮頂きますようお願いいたします。

記

- 1 日時 令和7年1月19日(日) 11:00~15:00
- 2 主催 全国ヨガインストラクター応援チャンネル CS.YOGA
- 3 会場 長門市市民活動支援センター 活動支援・交流スペース
- 4 内容 ヨガレッスンの様子を動画撮影し YouTube で公開します

<タイムスケジュール・講師予定>

11:00~12:00 講師：KANAKO 山口県長門市

RYT200、ヨガ心理学基礎講座・ヨガ誘導の言葉指導者養成講座修了
自己肯定感が高まるフローヨガ×心理学指導者養成講座修了
ヨガ心理学実践講座（心理カウンセリング）修了
アダルトチルドレンからの回復&インナーチャイルドの癒し修了
ヨガ心理学講師養成講座修了

12:30~13:30 講師：ASUKA 島根県浜田市

RYT200、ブリスベイビーマタニティヨガ取得、ホロスハーバルセラピスト修了、
体質改善パーソナルコーチ

14:00~15:00 講師：MADOKA 山口県山口市

RYT200、チェアヨガ養成講座修了、リストラティブヨガ養成講座修了
アーユルヴェーダアドバイザー講座修了、マルマ講座修了