



ACCEPT

ADAPT

ACHIEVE

ACQUIRE



제 1 회 UN 세계 요가의 날

화합과 평화를 위한 요가

‘요가, 총체적 건강과 & 라이프스타일’ 워크샵

주최 : 에임요가 교육연구원

장소 : 주한 인도문화원 (ICCR)

일시 : 2015 년 6 월 21 일, 일요일. 오전 11 시~오후 1 시

후원 : 주한 인도대사관, 인도문화원(ICCR), 사단법인 인도연구원(IISK), 한국요가연수원

참가대상 : 건강한 삶에 관심있는 모든 이 (열린 행사)

참가 신청 : aimyoga@gmail.com (이름, 연락처, 이메일 주소 기재)

참가비 : 무료 입장

문의 : 모바일 : +82-10 3115 9956

www.aimyoga.in www.aim-yoga.blogpost.com

행사 내용

1. 인사말
2. 축하 - 인도대사관측 대표자
- 최규백 (한국요가연수원 원장)
3. 요가는 무엇인가? 요가는 통합성이다. (인도 신화를 통해 의미 소개)
4. 요가의 종류와 인격체
5. 라이프스타일과 요가
6. 자신의 라이프스타일에 요가를 어떻게 적용할 것인가?
7. 일상생활 전반에 적용할 수 있는 요가 테크닉 배워보기
8. 소통의 장 (질문 및 답변)

AFFILIATED TO SWAMI RAGHAVANANDA MATHAM
300 YEARS OF YOGA, HUMAN WELFARE AND SPIRITUALITY

E-mail: aimyoga@gmail.com Website: www.aimyoga.in

Center: Bodh Vilas, Kamdipada, Kasara (E), Dist. Thane, India

Associated Center : Korea Yoga Institute, 1685-1, Haengwoon-dong, Gwanak-gu, Seoul.

Tel: 91-9867379694

Tel: 91-9029014954

Tel:82-1031159956