



～日本一のパワースポット・伊勢神宮&二見夫婦岩で～ 心の神社ヨガ

日本人の原点である神道をより身近に知る事が出来、自分の中の日本人力、スピリチュアリティがパワーアップ！！

日本人の神様 天照大御神が伊勢神宮に御鎮座される前に行かれた・二見夫婦岩海岸。江戸時代まで一般庶民のお伊勢参りにも残っていた風習である、伊勢神宮へ行く前に参る・二見海岸での浜参宮。

今回はまずここからスタートし、外宮～月読宮、猿田彦神社～内宮・特別正式参拝・お神楽奉納と正式ルートでお参りします。神宮のスーパーパワースポット巡りです。

そして一年の初めに作る夢の実現”ドリームマップ作り”のWSとスピリチュアルヒーリング。

この究極のスピリチュアルヨガ研修ツアーでスピリチュアリティを高め輝こう！！

初詣と究極のスピリチュアルヨガ

【場 所】 伊勢神宮、二見夫婦岩、興玉神社他

三重県伊勢市宇治館町 1 番地

【日 時】 平成23年1月14日(金) 受付 13:30～ 1月16日(土) 解散 12:00

【費 用】 2泊3日¥35,000(神宮特別正式参拝料含む)

1泊2日¥25,000(神宮特別正式参拝料含む)

1日参加 14日¥10,000 15日¥20,000 16日¥10,000

ワークショップのみ¥5,000

注意①宿泊、ツアー内移動費、昼食費は現地に於て各自支払、お神楽奉納料は参加人数で割ります。

14日:1泊2食¥10,500(二見岩戸館) 15日:1泊2食¥7,350(神宮会館) タクシー等移動費¥1,000ぐらい

注意②キャンセル料は前納セミナー費から徴収します、ご了承下さい。

1週間前 1/6 までは全額返金(振込料金のみ自己負担) 3日前 1/11 までは半額返金

前日以降は返金不可 希望者は早く申し出て下さい。

【定 員】 15～20名

【宿 泊】 二見岩戸館(一日目) 伊勢市二見茶屋 556-9

伊勢神宮会館(二日目) 伊勢市宇治中之切町 152

【宿 泊 費】 1泊2食 岩戸館¥10,500 神宮会館¥7,350

【持ち物注意】 特別正式参拝は正装ですので黒、グレー等無地のスーツ(女性はワンピースの場合は上着のある物) 雨傘も無地 懐中電灯 ご来光待ちは寒いですからしっかり防寒対策を(カイロ等)

【講 師】 堀川郁子(ハタヨガ指導歴25年 佐保田鶴治氏師事、現在沖ヨガ)

【申 込 み】 堀川ヨガスクールへ電話・FAX・HP よりメールで予約し、1週間以内に送金願います。

【申込締切】 1月12日(水)

主 催：堀川ヨガスクール 〒518-0836 三重県伊賀市緑ヶ丘本町 4174-2

Tel 0595-24-8426・090-8157-5084 Fax 0595-24-8487

Email theikuko@ict.ne.jp 携帯メール i-yasuragi@ezweb.ne.jp

URL <http://www.wellty.net>



スケジュール

1月14日(金)		1月15日(土)		1月16日(日)	
13:30	受付 二見岩戸館	6:00	音無山山頂へ	6:00	神宮 内宮へ朝の散歩
14:00	オリエンティング、自己紹介 ヨガ、祝詞発声呼吸法 参拝 二見興玉神社 八大龍宮大社 御塩殿神社 浜参宮の浜で浄化のヨガ (浄化体操、浄化呼吸法)	7:00	ご来光 日の出ヨガ	7:00	神宮神苑で日の出ヨガ
18:00	夕食	8:30	朝食	8:00	朝食
19:30	ドリームマップ作りWS (2時間)	10:00	チェックアウト 出発 外宮～月読宮～猿田彦神社	9:00	内宮 特別正式参拝 お神楽奉納
22:00	入浴 就寝	16:00	集合(15日からの参加者) 伊勢神宮会館	11:00	体験発表 シェアリング 車座気づき法
		16:30	オリエンティング ヨガ、リラックスヨガ	12:00	解散
		18:00	夕食		
		20:30	ほぐしのヨガ 祈りのヨガ おやすみ前のマッサージ		
		21:30	入浴 就寝		

参 加 申 込 み (記入後、FAX・電話またはHPよりEメールでお申し込み下さい)

フリガナ		住 所	〒
名 前			
電 話	携帯	固定	
メールアドレス	携帯	P C	
申込みコースとセミナー費用 (○をつけてください)			
[]①2泊3日(14日～16日)	¥35,000	[]②1泊2日(14・15日)	¥25,000
[]③1泊2日(15・16日)	¥25,000	[]④1日参加(14日)	¥10,000
[]⑤1日参加(15日)	¥20,000	[]⑥1日参加(16日)	¥10,000
[]⑦ワークショップのみ	¥5,000		
振込予定日	月	日	予定

入金先: 百五銀行 上野支店 普通口座 667366

堀川ヨガスタジオ 代表 堀川郁子(ホカワイクコ)

!セミナー費以外は当日支払いの用意をお願いします!

【振込みの際の注意】銀行での振り込みの時、払い込み名の前に次の言葉を入れてください。

イ114 ご自分の名前 を入力してから送金してください。

講師: 堀川郁子

中京大学体育学部卒後、水泳コーチ、ヨガ講師、ハタヨガ指導歴25年、佐保田鶴治師に師事、
現在佐保田ヨガと沖ヨガを合せて行政・企業・団体でヨガと東洋医療を指導すると同時に指導者プロ養成。
日本総合ヨガ普及協会理事・日本総合ヨガ普及協会認定正指導師、日本健康体操連盟認定 健康体操指導師
中国足つば療法師、整体師、リフレッシュマッサージ師、中国若石式健康研究会、中国・西洋結合医学会
スポーツアスリートを応援、元日本代表選手が加わるビーチサッカーチームのフィジカル&メンタルヨガ指導