

News Release

2018年1月16日

報道関係各位

日本ヨガ界の権威ケンハラクマが責任監修！ “ヨギーズフード”養成講座を開発 第1期は2/18 YOGA JAPAN 2018 内で特別開講

日本のヨガシーンを牽引し続けるケンハラクマの食概念“ヨギーズフード”を推進する、ヨギーズフードマイスター協会（理事長：福井栄治、所在地：東京都渋谷区）は、日本中に770万人以上(*)とされているヨガ愛好者の悩み、「毎日の食事に何をを選び、どう食べるべきか」をそれぞれのベストに導くべく、ヨギーズフードマイスター養成講座を開発いたしました。

「ヨガ」と言ってもその強度や食にも提唱されている考え方が様々あり、またヨガへの取り組み方は、生活方法や目的により実践者一人ひとりで変容します。ヨガは、心と体の声を聞き、よりシンプルに意識的に生きることを目指すための手段です。この手段を効果的に取り入れて生かすためには、毎日の生活に不可欠な食事をプランニングする力も合わせて身につけ、「食べたい」と思うものと、体に「必要なもの」を一致させることが必要です。その伝達者『ヨギーズフードマイスター』を育成し、ヨガ愛好者が自身の生活に一層の充実感を得られることを目指します。

初開講となる1期は、YOGA JAPAN 2018 のイベント内で開講します。ケンハラクマ自らの講義も予定しており、あらゆるヨガを極めた氏の経験談からも学びを得られる、非常にレアな機会となります。

(*)「日本のヨガマーケット調査 2017」ヨガジャーナル日本版



ケンハラクマ プロフィール

ヨギーズフードマイスター講座カリキュラム監修

- ・ IYC インターナショナルヨガセンター
- ・ アシュタンガヨガジャパン
- ・ 日本アシュタンガヨガ研究所

上記機関主宰。アシュタンガヨガの創始者 シュリ・K・パタビジョイス氏より日本人初のアシュタンガヨガ正式指導資格者として直接認定を受ける。日本中にヨガを広め、現在では日本を代表するヨガの第一人者として、アシュタンガヨガを中心に国内外にて幅広いヨガの指導とワークショップを行うほか、合宿・指導者養成や、メディア・教育・各種企業へのヨガコンサルティングなど、健全なヨガの普及活動に努めている。

ヨギーズフードマイスターとは

心身の健康や成長のため、暮らしにヨギーズフードをフィットさせ、啓蒙する人です。

ヨギーズフードマイスター協会概要

創立 2017年1月23日
 理事長 福井栄治
 理事 ケンハラクマ
 所在地 東京都渋谷区宇田川町 20-17 NMF 渋谷公園通りビル 4F
 事業 ・食×ヨガ理念「ヨギーズフード」の提唱
 ・「ヨギーズフード」の伝達者であるヨギーズフードマイスターの人材育成
 理念 ヨギーズフードで、ヨガ実践者の生活をより豊かに。より発展的に。

｜ヨギーズフードマイスター養成講座概要

<HP> <http://www.yogisfood.com>

<カリキュラム>

内 容：全4科目（1科目90分）

受 講 料：50,000円（税込）

修了規定：講座受講、課題提出

ヨガの世界	<ul style="list-style-type: none"> ・ヨガの思想 ・ヨガをとりまく様々なフードの世界 ・食事と呼吸法 ・調子を整えるポーズ
ヨギーズフードの定義 前編	<ul style="list-style-type: none"> ・ヨギーズフード 3つの定義とは ・ストレスリリースのための食事 ・身体のビルドアップのための食事
ヨギーズフードの定義 後編	<ul style="list-style-type: none"> ・バランスを整えるルーティンの食事 ・ヨギーズフード 3つの定義の組合せ方
ヨギーズフード プランニング	<p>理想の自分に近づくための食事プラン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分プランニング ・ヨギーズフードプランニング

｜募集クラスについて

1期…2018年2月18日（日） 12時30分～18時30分 会場：渋谷ベルサールガーデン
 2期…2018年3月21日（水・祝）10時00分～18時00分 会場：日本野菜ソムリエ協会 渋谷教室
 3期…2018年4月23日（月） 10時00分～18時00分 会場：日本野菜ソムリエ協会 渋谷教室

<申し込み>

<https://fooddiscovery.co.jp/yogis-food/contents/hp0004/index.php?No=0&CNo=4>

※YOGA JAPAN 2018 申し込み方法とは異なりますのでご注意ください

｜YOGA JAPAN 2018 について

「もっと自由にヨガを！」をコンセプトに、ヨガをベースにミックスカルチャーを発信していくプラットフォームを構築し、ヨガを通じた新たなライフスタイルの確立を目指す屋内大型イベントです。

<HP> <http://www.yoga-japan.jp/>

<開催日> 2018年2月17日（土）18日（日）

<会 場> ベルサール渋谷ガーデン

<主 催> YOGA JAPAN 実行委員会

本件お問合せ先

ヨギーズフードマイスター協会 広報

東京都渋谷区宇田川町 20-17 NMF 渋谷公園通りビル 4F

TEL (03) 5459-8185 E-MAIL : koho@vege-fru.com