



ヨガフェスティバル in 静岡

第11回

「国際ヨガの日」International Day of Yoga 2025

国連は世界各国政府に対し6月21日を「国際ヨガの日」に制定することを宣言しました。
インドのモディ首相が2014年9月の国連総会の演説で提案し、日本を含む177カ国が共同提案国となっていた。それをうけて
国連は6月21日を「国際ヨガの日」に制定することを決めた。

2025.5.24 Sat. 10:00~12:00 (開場9:15)

参加料

無料

オリジナルTシャツ
プレゼント

当日先着

400名様

●イベントプログラム

■晴天時 (芝生広場)

- 9:15~
- 受付開始・会場案内
- 10:00~10:15
- 開会式・挨拶
＜静岡県／インド大使館の挨拶＞
- 10:15~11:00
- ヨガセッション【インド大使館／Dr サンジェイ・クマール】
＜インド大使館のヨガ講師によるヨガセッションです＞
- 11:00~11:15
- TM瞑想法の模擬体験【マハリシ総合教育研究所／鈴木志津夫】
＜800件の科学的研究によりその有効性が検証されているヨガの瞑想法＞
～休憩～
- 11:20~11:35
- 五体投地法／肩・腰修正法【フィジカルヨガ普及協会】
＜インドに古くから伝わる礼拝で、心と体と呼吸が一体化するヨガです＞
- 11:35~11:50
- 静岡巡りヨガ (バランス回復ヨガ)【健精楽せらヨガ】
＜静岡県の特徴を特化したヨガです＞
- 11:50~
- 閉会式



初心者・子供・親子で参加
大歓迎！

グランシップ

会場 晴天＜芝生広場＞
雨天＜6階：交流ホール＞
〒422-8019
静岡市駿河区東静岡2丁目3-1

- 持ち物
- ヨガマットまたはバスタオル
 - 動きやすい服装
 - 飲料

事前申込み制

締切日 5月20日 (火) まで！

ご予約は、下記 QRコード よりお申込ください。
お名前・連絡先等をご記入の上お申し込みください。
当日受付にお越しください。

ニュースポーツ体験コーナー

(12:00 ~ 14:00・雨天中止)

モルック、Eスポーツ (太鼓の達人)、ラダーゲッター、スカットボール、ディスゲッター
(都合により種目変更あり)

第一部

第二部

第三部

■雨天時 (グランシップ6階：交流ホール) 3部制 (入替制)

- 9:30~ / 10:00~10:15
- 受付開始・会場案内／●開会式・挨拶
- 10:15~11:00
- ヨガセッション①【インド大使館／Dr サンジェイ・クマール】
- 11:00~11:15
- TM瞑想法の模擬体験【マハリシ総合教育研究所／鈴木志津夫】
- ＜受付開始 11:00＞
- 11:25~11:40
- 五体投地法／肩・腰修正法【フィジカルヨガ普及協会】
- 11:40~12:25
- ヨガセッション②【インド大使館／Dr サンジェイ・クマール】
- ＜受付開始 12:45＞
- 13:15~13:30
- 静岡巡りヨガ (バランス回復ヨガ)【健精楽せらヨガ】
- 13:30~14:15
- ヨガセッション③【インド大使館／Dr サンジェイ・クマール】



Dr. Sanjay Kumar

サンジェイ・クマール博士
ガンジー国立自然アカデミー
(N.D.D.Y.)取得
インド政府 AYUSH 省
ヨガ認定委員会 (Y.G.B.)
レベル1、2、3認定



鈴木 志津夫

一般社団法人
マハリシ総合教育研究所
代表理事
米国マハリシ国際大学
名誉博士



田辺 直恵

フィジカルヨガ普及協会 主宰
(一社)日本総合ヨガ普及協会
名誉理事
静岡県ヨガ連盟 理事



尾崎 訓子

健精楽せらヨガ 主宰
NPO 沖ヨガ協会 講師
静岡県ヨガ連盟 理事

主催 静岡県／在日インド大使館

主管 静岡県レクリエーション協会／静岡県ヨガ連盟

後援 静岡県スポーツ推進委員連絡協議会／(公財)静岡県スポーツ協会／静岡市／静岡市教育委員会
静岡商工会議所／浜松商工会議所

協賛 スズキ株式会社／鈴与株式会社／株式会社木村铸造所／藤田電気株式会社

申込みはこちら



静岡県＜予約フォーム＞

締切日 5月20日 (火) まで！

お問い合わせ
静岡県レクリエーション協会

TEL. 054-295-6011 FAX. 054-295-6015

[Mail] info@shizu-rec.com