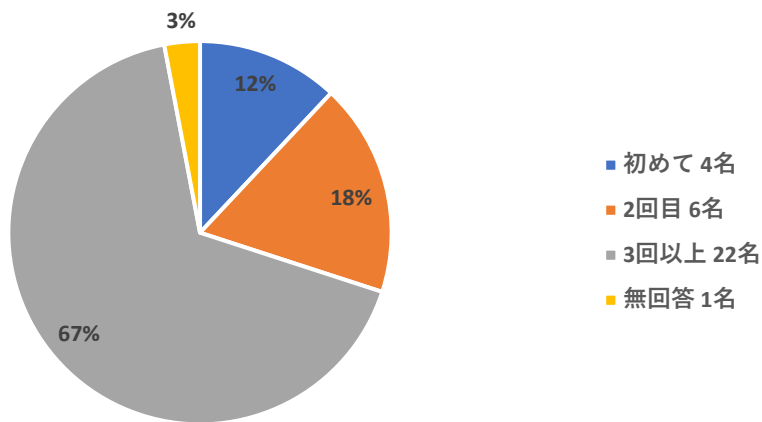
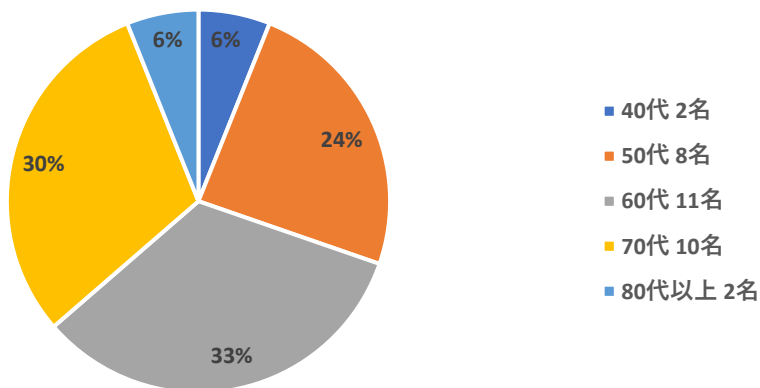


アンケート結果 (33名の回答・回答率56%)

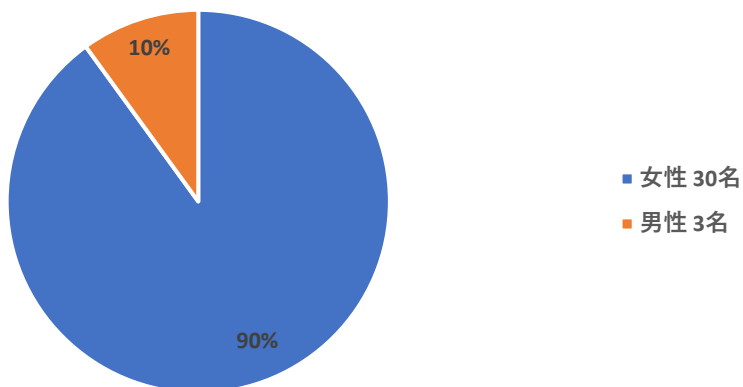
1、群馬ヨガ連盟研修会への参加は



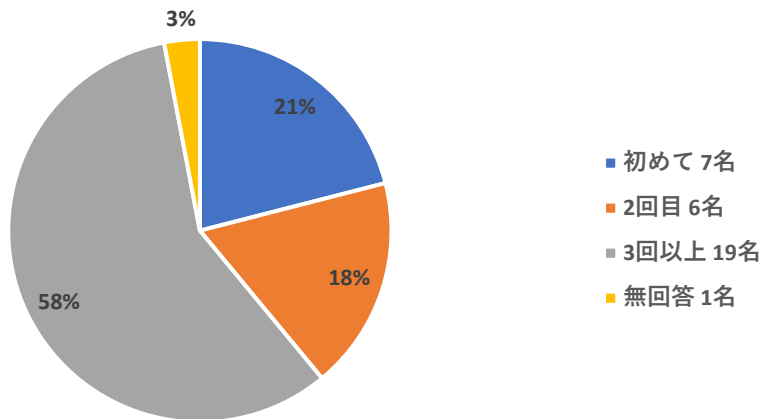
2、年齢



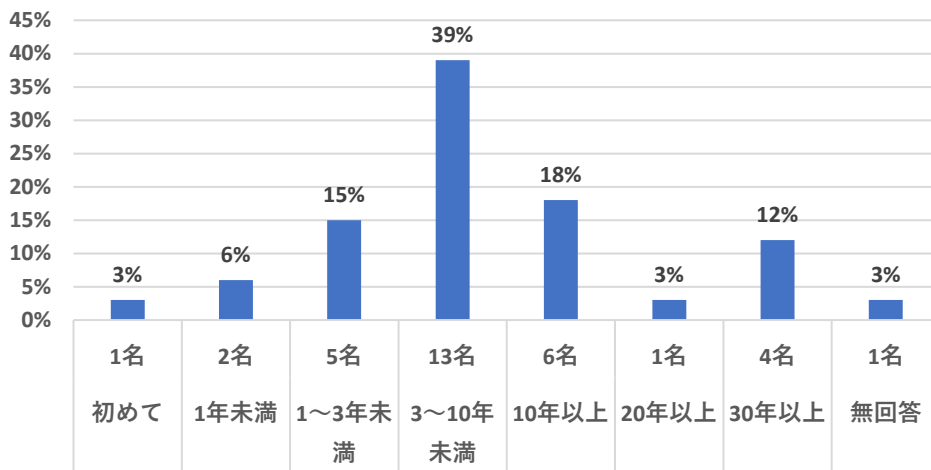
3、性別



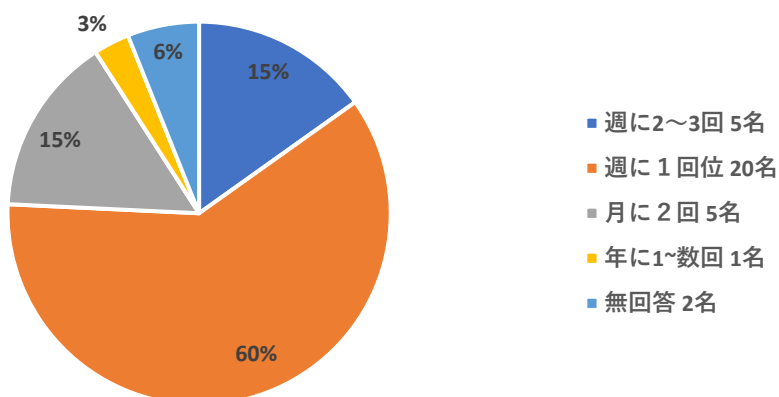
4, じねんやす先生研修会の参加回数



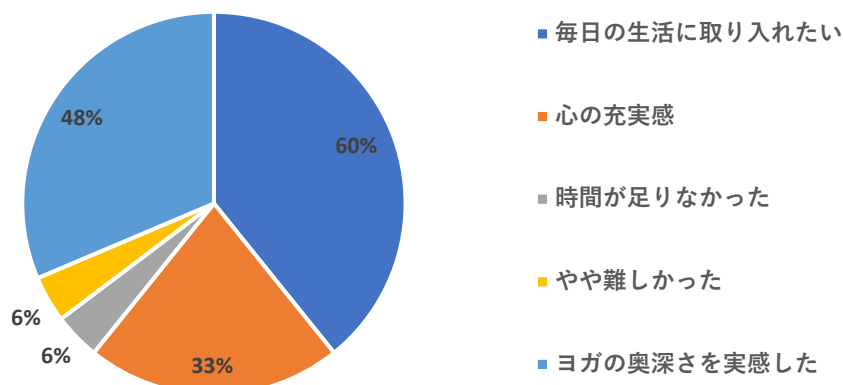
5, ヨガ歴は



6, ヨガの頻度



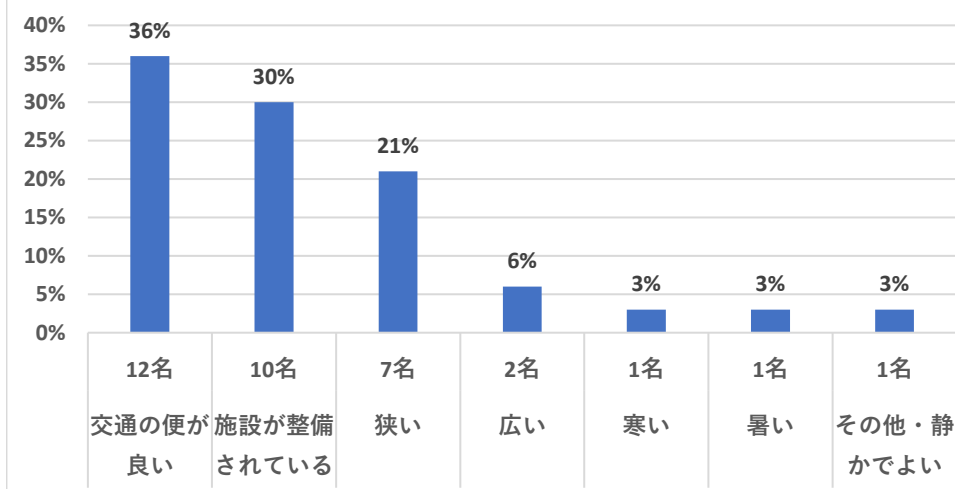
7、今回の研修会は如何でしたか



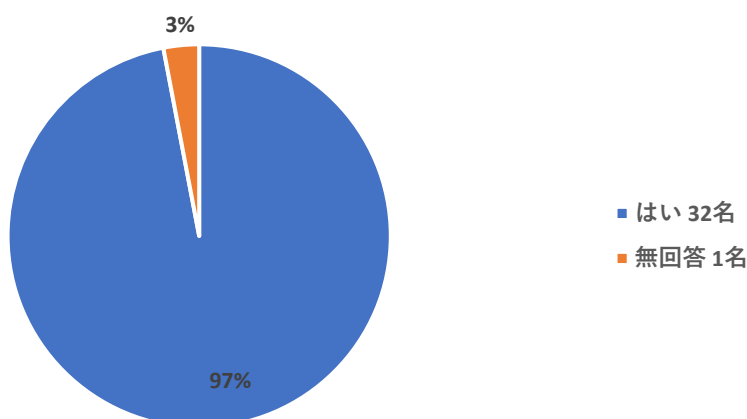
8、じねん先生のご指導で印象に残った事や質問を教えてください。

- ・初めて川岸で「メイソウ」をしました。
- ・新鮮でした。
- ・サルバンガアサナのすばらしさ
- ・パワーアップして若々しい
- ・前回よりもさらにパワーアップされた とてもステキでした
質問に対する応答にも感動致しました
- ・地と天の言葉が印象的でした。
- ・「痛い痛い」と言って良い
地が割れ閉じ→天が割れエネルギーを頭上から丹田に入れる事
- ・天と地がなぜ大切か。筒が一番強い構造。スシュムナー。
猫のポーズや頭立ちなどで1人1人に直接触れてご指導して下さい、嬉しかったです。
- ・豪快でおおらかなご指導についついふだんやらないことでもできちゃった。
やっちゃった！
- ・痛みがあっても良い
- ・天地の理解が深くなりパワーがさらにあがった感覚です。
- ・丹田や体の中の空・風・火・水・土の話がわかりやすかった。地球の中心を感じる
- ・思った以上に専門知識がすごくて今までの考え方180° 変える方向を教えてくださいました。
これからも自分の健康に活かしていきたいと思います。ありがとうございました
- ・しあわせの充実度
- ・1人1人向き合って指導して下さいました。有難うございました。
- ・股関節の話 イメージの話
- ・否定しないこと。すべてこうていの心。
- ・すべてよかったです
- ・とても気持ちのよいワークでした。

9, ソシアス・SUNおのがみの研修会は



10, 次回も受講したいですか



11, 本日の感想をお聞かせ下さい

- ・命の原形の話、興味ありました。
 - ・初めてでしたのでとても参考になりました。
 - ・頭立ちに挑戦出来たことが嬉しかったです。
 - ・参加して良かったです。疲れたけど
 - ・じねん先生のおしえがどんどん新化してすばらしい
 - ・感じた。
 - ・役員の皆様ありがとうございました。
 - ・腰の根っこを中心に動く・・・と言う新しい言葉を感じスクワットをするという事が・・・新しい動きで勉強になりました。
 - ・朝川の音を聞きながらのめいそうは、頭と心が落ちつききました。
- ありがとうございました。

- ・充実した楽しい学びの時間でした。ありがとうございました。
- ・質疑応答が良かったです。
- ・ハーフスクワットかなりの運動量で大変でしたが、体が軽くなりました。
- ・ありがとうございました。また、よろしくお願いします。
- ・とてもよかったです。毎日取り入れることが大事だとわかりました。
- ・体に心にとっても良い会でした。
- ・最高でした。
- ・とても楽しかったです。また来たいです!!
- ・とっても楽しい時間で体も楽になりました。
- ・すごくよかったです。
- ・今日も参加できてよかったです。ありがとうございました。
- ・日々できるワークをしていきたいです。とてもよかったです。

アンケートにご協力有難うございました。（担当長岡恵美子）