



〈Mさん〉  
ヨーガを始めて7年経ちますが、  
養成で色々な事を学び、改めて  
ヨーガの素晴らしさを知りました。  
講師の方達も素晴らしい方ばかりで、  
講師の皆さんに会えただけでも  
HAPPYでした！

メガロスヨーガ養成おススメです！

〈松本房枝さん〉  
50歳の手習いで、ヨーガを学ぶ事を  
決意。  
カタカナのサンスクリット語にまず??  
となったものですが、回を重ねるごと  
に少しずつ笑顔に。  
娘のような年齢差の仲間とも和気  
あいあいと楽しく学ばせていただき  
ました。



〈村橋純子さん〉  
Yogaの経験が少なく不安だらけで  
入校しましたが、講師の先生方の  
明るさときめ細かい指導で不安も  
なくなり、エアロビクスの指導にも  
幅が出ました。

今ではYoga大好きです！



〈佐藤資子さん〉  
楽しい養成生活でした！



〈岸川友希さん〉  
ますますYOGAが好きになりました。  
身体のこととYOGAの事がたくさん  
学べました。

あっという間の4ヶ月半で、楽しかった  
です。





〈小翠暢子さん〉  
ヨーガを学ぶ中で、数千年以上前から続いている深さを感じました。又、普段使っていない筋肉を使う事で身体の柔軟性がついたように思います。

〈栗栖直美さん〉  
本当に充実した期間でした！  
又、ヨーガは深いということ、心と身体と呼吸を最高のバランスにするという気持ちよさを実感しました。

メガロスのグル達は本当にかっこ良かったです！  
ありがとうございました。



〈浅野裕さん〉  
卒業をして、やっとヨーガの入り口に立てた気がします。奥の深い世界なのでまだまだ勉強です！

養成を共にした仲間もでき、とっても充実した4ヶ月半でした！



〈西浦莉紗さん〉  
ヨーガの歴史や思想などの基本的な知識や、ポーズの軽減法やバリエーションなど、幅広く、深いところまで学習できました。  
養成に入校したときはほとんど初心者でしたが、今ではすっかりヨーガにはまっています！

仲間との出で会いもあり、素敵な4ヶ月半でした！



メガロス各店・各方面での活躍を期待しております。 ヨーガ養成講師一同