

☆ What's New October & November ☆

★新しい先生の紹介★

♥YASHWANTH(ヤシュワント)先生



11月より、ヤシュワント先生がフルタイムのヨガ&アクティビティ講師として加わります。
子どもから大人まで担当し、キッズ・大人向けの新しいクラスをたくさん予定しています。
ヨガを専門的に学び、心理学博士号も持つ、やさしく経験豊かな先生です。
11月中は、新規・在校生ともに無料体験レッスンを2回ご受講いただけます。
詳しいスケジュールは、裏面をご確認ください。

★2026年 Bowers English School ハロウィンパーティー★

今年もハロウィンパーティーを開催します！

日時：10月31日(土) 13:15~14:45 2才~小学1年生 (開場 12:45)
15:45~17:30 小学2年生~小学6年生 (開場 15:15)

場所：総合健康福祉センター さざんか
静岡県牧之原市静波991-1

会費：1,500 円

内容：

- ◆トリック or トリート ◆コスチュームコンテスト ◆ハロウィンゲーム
- ◆パンプキンカービング※小学生 (カボチャのランタンを作ります) etc.

※皆様にハロウィンパーティーの申込書をお渡しますので、ご参加をご希望の場合は、
10月17日(土)までにご提出をお願い致します。

当日は混み合いますので、会費のお支払いは申込書提出時にお願い致します。



コスチュームコンテストを開催するよ！
ぜひ素敵な衣装を着て参加してね♪
楽しみに待っています！



✿ BES インターナショナルイングリッシュクラブ 体験会 ✿

International English Club の体験ができます。

楽しいアクティビティを、たくさん用意していますので、ぜひ遊びに来て下さいね。

✿ スケジュール ✿ (All Englishで行います。)



- 1) クッキングまたは英語アクティビティ
クッキングやさまざまなアクティビティを、英語を使いながら楽しく行います。
- 2) ティータイム & 英会話サークル
ヘルシーなおやつを楽しみながら、その日の出来事などについて英語でお話します。
- 3) アートタイム
さまざまなクリエイティブな活動を楽しみます。
- 4) ヨガ
インド人ヨガ講師 Yashwanth 先生による本格的なヨガを体験します。

場所：パワーズイングリッシュスクール

時間：14:00~16:00

対称：小学校1年~6年(2027年度 新1年生を含みます。)

日程：毎週月曜日 (月曜日にご都合の悪い方はご連絡ください。)

会費：無料 持ち物：宿題



☆ What's New October & November ☆

★英語で KIDS ヨガクラス開講★

11月から英語で KIDS ヨガクラスを開講します！

日時:毎週 火曜日・水曜日・木曜日 16:15～

講師:YASHWANTH 先生

無料で体験もできますので、是非お気軽にお友達を誘ってご参加ください。

※ご参加をご希望の場合は前日までにメールまたは公式 LINE にてご連絡をお願いいたします。



★中学生～大人の YOGA クラス 体験レッスン開講★

11月中は毎週体験いただけます。(2回まで無料で体験いただけます。是非ご参加ください。)

月曜日 10:30～ フェイシャルヨガ&セルフフットマッサージ

火曜日 10:30～ ムドラー&サウンドバス

水曜日 10:30～ プラナーヤーマ

金曜日 10:30～ ヨガニドラー&サウンドバス

土曜日 11:00～12:15

11/21 ヨガニドラー&サウンドバス

11/28 英語でハタヨガ



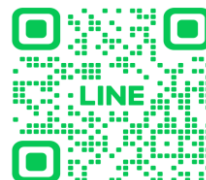
【解説】

- 1) ヨガニドラー61ポイント:体の61か所に順番に意識を向け、心と体を深くリラックスさせるヨガです。
- 2) ムドラーヨガ:手の形(ムドラー)と呼吸を使い、心と体のバランスを整えるヨガです。
- 3) フェイシャルヨガ:顔の筋肉をやさしく動かして、表情をほぐし、血行を促すエクササイズです。
- 4) サウンドバス:シンキングボウルなどの音を振動に包まれながら、心と体をゆっくり休ませるリラクゼーションです。
- 5) 英語でハタヨガ:ポーズ・呼吸・リラックスを組み合わせた基本的なヨガです。レッスンの説明・指示はすべて英語で行います。
- 6) プラナーヤーマ:呼吸をゆっくり整えながら、心と体をリラックスさせ、集中力を高める呼吸法です。

公式 LINE ご登録のお願い

円滑な教室運営のため、お知らせの配信や、生徒さん・保護者の皆様との連絡を公式 LINE にて行います。公式 LINE の登録がお済でない方はお手数をお掛け致しますが、左記の QR コードよりご登録のご対応をお願いいたします。

※ご登録の際は、生徒さんのお名前をメッセージにて送付願います。



※お問い合わせ・ご予約は

Email : bowersenglish2014@gmail.com

☎:(054)8225650

最新情報は各 SNS でご確認ください!

Instagram : (英会話)@ bowersenglishschool (ヨガ) @lalita healing yoga

Facebook : (英会話) Bowers English School (ヨガ) Lalita Healing Yoga

公式ライン



英会話 HP



ヨガ HP

