

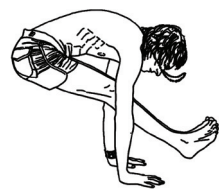
**日本のヨガ人口は1,100万人!!**  
**国民の10人に1人、全ての実践者**  
**にとって必読のバイブルが日本語版に!**

武術専門誌  
 『月刊秘伝』  
 12月号 (11/14発売)  
 にて本書の関連  
 記事掲載予定!

# 「動き」で覚醒する アシュタンガ・ヨガ

ASHTANGA YOGA VINYĀSA (仮題)

プライマリーシリーズの動作、呼吸、ポーズ



**全世界で人気沸騰の書籍!**  
**『ASHTANGA YOGA VINYĀSA』**  
**の日本語版!**

**豊富な運動量で宇宙意識へ!**  
**創始者の高弟が丁寧に解説。**

アシュタンガ・ヨガ創始者が伝えた最重要テーマ「ヴィンヤサ(VINYĀSA)」つまり「意識して行う流れるような動き」の全てがわかる画期的な一冊。

**CONTENTS (抜粋)**

- Chapter1 ◎ ポーズ
- Chapter2 ◎ 立位のポーズ
- Chapter3 ◎ プライマリーシリーズのポーズ
- Chapter4 ◎ フィニッシングポーズ

著者 ◎ **デイヴィッド・ガリーグ** David Garrigues

1993年、アシュタンガ・ヨガの創始者、パタビ・ジョイスに出会う。それ以降の16年間で12回以上マイソールを訪れジョイスに師事し、1996年、指導資格を得る。彼はジョイスから直接「サーティファイド」の指導資格を授与された数少ないアシュタンガ・ヨガ指導者の一人。その後、シアトルで初のアシュタンガ・ヨガ・スタジオをオープン。現在はフィラデルフィアを拠点に活動を続ける一方、アメリカ、ヨーロッパ、インド各地で定期的にワークショップ、集中講義、リトリートを開催している。

訳者 ◎ **大谷桂子** Keiko Otani

■著者: デイヴィッド・ガリーグ ■訳者: 大谷桂子 ■判型: B5判(並製) ■予定頁数: 320頁 ■予価: 本体2,200円+税

株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 4・5F TEL 03-3469-0135

【書店様向けホームページ】 <http://www.bab.co.jp/shop.html>

FAXでの注文はこちらへ 0120-190-162 (書店様FAX用注文専用フリーダイヤル)

E-mailでの注文はこちらへ [shoten@bab.co.jp](mailto:shoten@bab.co.jp) (書店様注文専用メールアドレス)

☆重版、新刊、パブ etc. 弊社の出版情報をご希望の方も上記アドレスへご連絡ください(空メールでOK!)

新刊申込書	書籍名	「動き」で覚醒する アシュタンガ・ヨガ (仮題) プライマリーシリーズの動作、呼吸、ポーズ		注文締切 11月12日
	注文数	■著者: デイヴィッド・ガリーグ ■訳者: 大谷桂子 ■判型: B5判(並製) ■予定頁数: 320頁 ■予価: 本体2,200円+税		
	冊	ISBN978-4-8142-0654-4 C2077 ¥2200E		
発行	担当者名:	株式会社 <b>BAB</b> ジャパン	〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 4・5F TEL:03-3469-0135 FAX:03-3469-0162	