

～心を潤すあさひ旅～

# 寺ヨガ at 正覚寺

静寂の中で、自分の心の声に耳を傾け、

ゆったりとした呼吸とともに心身を解放させる、

きづきの瞬間・・・

【日 時】 2014年8月31日(日) 9:30～11:30

【場 所】 正覚寺(富山県下新川郡朝日町笹川1147)

【参加費】 2,500円(税込)

※ヨガ体験、スイーツ・お茶代、保険料込

【持ち物】 動きやすい服、タオル、水分補給できるもの等

【ヨガ講師】 山本 さとみ

【スケジュール】 9:30 正覚寺 集合

10:00 ヨガスタート

11:00 ティータイム

11:30 解散

【定 員】 20名 ※最少催行人数15名



お問い合わせ・お申込み先

(株)エコロの森

TEL:076-444-0576/FAX:076-471-7654

MAIL:info@ecolonomori.com