

2018年国際ヨーガの日

チャリティ・ヨーガ

毎年6月21日は、国連（UN）によって定められた「国際ヨーガの日」です。

老若男女・お子様連れ・・・
どなたもお気軽にどうぞ！！

開催日時 2018年6月17日（日）

- a. 10:00～11:00 アシュタンガ・ヨーガ
- b. 11:15～12:15 ルーシー・ダットン
12:20～ アーユルヴェーダ ランチ（実費）
- c. 14:00～15:00 シヴァナンダ・ヨーガ
- d. 15:15～16:00 ヨーガ・スートラ&瞑想



開催場所 ヨーガ・アーユルヴェーダ アーリア
（新潟市中央区近江1-2-1 TEL090-1398-2680）

定員 各回 30名

参加費 各回 500円以上（いくらでも志をお願いいたします）
ランチのみ実費（1500円・要予約）

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲物

問合せ・申込み 新潟ヨーガ療法センター

鈴木 090-7528-4971

メール niigata.therapy@gmail.com

みんなで
YOGAを
楽しもう！

※当日参加もお受けいたしますが、満員の場合はお断りすることもございますので ご了承ください。

皆様から頂いた参加費は、すべて一般社団法人日本ヨーガ療法学会を通じて
キエフのチェルノブイリ被爆者団体へ寄付いたします。

主催：新潟ヨーガ療法センター