

2019/6/30(日)

国際ヨガデー(6/21)のイベントです。
売上の諸経費を除いた金額を
NPO法人国際セーヴァの会
タイ事務所に車を1台寄贈します。

チャリティーイベント

料金 ソクササイズ 500円
瞑想 お気持ちで
ヨーガ各 500円
AGE測定 100円
足圧15分 1000円
耳つぼジュエリー 1粒250円～

スケジュール

場所: yoga 足圧 ときどき ねこ(ねこいません) 満月
豊平区福住2条10丁目12-45

申込: sun.moon.stars.wind.earth@gmail.com

定員のあるものは予約優先です。

詳細はHPをご確認願います。



10:00 オープン

10:15～11:25 ソクササイズ(定員8名) 体幹を鍛え、ほぐされる

11:40～12:10 瞑想 静かに座ってみませんか?

12:10～13:00 お昼、お話し会、物販 無農薬野菜(レタス・にら・豆他) エプロン・ポーチ他

12:30頃から AGE測定会・AGEについて あなたの**本当の年齢**は?

13:00～13:45 ヨーガ 小端裕美(定員5名)

ヨーガ後にもAGE測定(変化は?)

14:00～14:45 ヨーガ 内藤有利子(定員5名)

15:00 お開き

別室で足圧やってます。予約受付ます。
お二人一緒にできます。



Yoga for Harmony & Peace