

ヨーガ療法士による

人と人をつなぐ チャリティ ヨーガ in 正善寺

2019



スックムックの
美味しいパンも
販売いたします

7月7日(日)

10:00~17:00

会場：天王山正善寺

福井県福井市天王町20-14



Google
Map

【参加費】1,000円 / 1クラス
【持ち物】敷物 (ヨガマット等)・飲み物
【定員】各クラス 30名 (先着順)
【お申込】 (のりきょう)  (きだに)

親子ヨーガ

講師：頼廣愛子

10:30~11:30 2ヶ月児~
13:30~14:30 幼児~

親と子で遊びながら心も身体も
ほぐしてイイトコ探し。ゆったり
りと一緒に楽しみましょ！



大人のヨーガ

講師：木谷博子

12:00~13:00

眠れない・疲れが残る…そんな
あなたに。呼吸を通して自律
神経バランスを整えましょ！



大人のヨーガ

講師：松岡由紀

15:00~16:00

毎日の忙しさから、少し離れて
呼吸とともに心の静けさを一緒
に味わいましょ



※今回の活動で集まった募金・参加費から
経費を差し引いた収益金は「タイ東北部の
子供たちへの就学支援車両購入」のため、
チャリティ基金に寄付します。

主催：NPO法人日本ヨーガ療法士会福井

共催：浄土真宗 天王山 正善寺

お申込・お問合せ：reico_rkn@ezweb.ne.jp (のりきょう)

masa023@sky.plala.or.jp (きだに)