

国際 YOGA DAY & ガンジー生誕 150 年記念

第5回 国際ヨーガ・デイズ in 花巻



タイ東北部の子供支援の車購入資金のための募金活動を行っております。

2019年 6月21日(金)



会場:生涯学園都市会館

AM 10:00~11:30

第1中ホール

PM 13:30~15:00

第2・3中ホール

*持ち物:ヨガマット or バスタオル

!動きやすい服装でご参加下さい **事前申し込み不要です**

健康な方にも体調不良な方にも喜ばれ、医療にも取り入れられているアイソメトリック(等尺運動)を取り入れた、ゆったりと無理のない動きのヨガを体験し、心も体もリラックス&リフレッシュして下さい。

年齢性別問わずどなたでも参加下さい。



主催 NPO 法人日本ヨーガ療法士協会・岩手
問い合わせ先 090-9031-6084 (担当:熊谷)