



ヨガと音と食べる禅

Mari ヤマダベン 谷内良徹

@ 吳山飛天

2019年9月8日 (日)

10:30~ 要予約



染み入るように奏でられる音の上
ヨガを通して“くらしの呼吸”を整え
食を介して禅に触れ
丁寧に、自分と向き合う時間

10:30～

ヨガワークショップ(90分)
Mari(ヨガ) ヤマダベン(音)

12:15～

食べる禅(60分)
飛天特別薬膳ランチ
谷内良徹(最勝寺和尚)

フリートーク(30分)

14:00 終了

参加費:4,000円(定員10名)

※ヨガマットをお持ちでない方は予約時にお伝えください

会場・お申込み 呉山飛天

076-411-9853 富山市北代3-7



※ヨガマットをお持ちでない方は予約時にお伝えください