

月 ヨ ガ in 呉山飛天 -師走満月の回-
2019.12.12(木)

受付 18:30 / ワークショップ 19:00
参加費 2,500円
定員10名 (最少催行人数 6名)

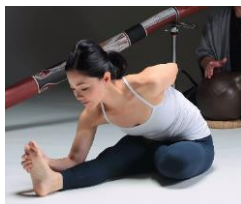
※ヨガマットをお持ちでない方は、ご予約時にお伝えください

満月の夜、
夜空と近いこの場所で

月のリズムに身を委ね
満たされていくまあるい呼吸

穏やかな時間
そして、
これからの時間

ヨガインストラクター Mari



全米ヨガアライアンス200取得
IYCアシュタンガヨガ指導者養成コース修了
SUN&MOON マタニティヨガ指導者養成コース修了
スタジオINEX美脚美尻骨盤ヨガ指導者養成コース修了
スタジオINEX月経血ヨガ指導者養成コース修了

15年前に運動不足から始めたヨガ。
実践を重ねる中で、体だけではなく心にも変化があることに気づく。
めくるめく変化する毎日の暮らしの中で、
ヨガは、人生の大きな助けになる！と、強く実感し、
それを多くの人に伝えるため、日々活動中。

スケジュール

- 18:30 受付
- 19:00 ヨガワークショップ
- 20:30 ティータイム
- 21:00 終了

予約・お問い合わせ先 呉山飛天 富山市北代3-7
TEL : 076-411-9853



Facebook