

お寺さんヨガ

春、始まりの季節。

外側に大きく伸びていくために自分の内側を見る時間を一緒に過ごしましょう。

なにか大きな存在に支えられているよう

に感じる空間です。

ぜひ会いに来てください。

4月3日(水)、4月17日(水)

5月8日(水)、5月22日(水)

6月5日(水)、6月19日(水)

時間)19:30~20:45

料金)700円(レンタルマット100円)

場所)大安寺さん(恵庭市大町4丁目2-25)

持ち物)ブランケット、飲み物、動きやすい格好

お問い合わせ)08040476309

(インストラクターゆうか)

予約なしでご参加できるので、お気軽にご参加ください。