

ゆったり お寺deヨガ

日時 2月17日(土)
15:30~16:30
会場 行善寺本堂
料金 500円



行善寺本堂にて身体も心も健やかに導くヨガを行います。
ヨガの後、デトックス効果が高く、冷え症にも効果的な
温かいごぼう茶をお出しいたします。
初めての方もお気軽にお越しください。

全身ほぐし
合掌礼拝
瞑想

担当講師: 松下聡美
(社)日本ヨーガ療法学会認定
ヨーガ療法士

三尊二木
行善寺
GYOZENJI
EST.1918

GOTCHA! WELLNESS
ゴッチャ! ウェルネス