

お寺でゆったり♪  
～こころもカラダも健康に～

# Yoga × Aroma

お寺ならではの穏やかな空気の中で・・・  
『自分と向き合う時間』  
過ごしてみませんか？

◎内容 ヨガ & リップクリーム作り  
&・・・ティータイム



ヨガとアロマの講師がわかりやすく指導する一日体験です。  
初心者の方から経験者の方までお気軽にご参加いただけます。



◎日時 2018年11月8日（木）午前10時～

◎場所 曹洞宗 龍澤山 祥雲寺 町田市高ヶ坂7丁目15番1号

※駐車場完備！町田駅から徒歩約15分

◎参加費 お問い合わせください。

◎持ち物 ヨガマット、タオル、飲み物など  
※動きやすい服装でお越しください。

◎ご予約&お問い合わせ

yumi97220@gmail.com

担当 井上

