

経絡ヨガ

経絡を刺激して、ココロもカラダも整える

障害児療育にも効果があり、誰にでもできる簡単なポーズをご紹介します



宮森大地先生「冷えとりヨガ」

「子宮美人」野口由里絵先生



場所：花田苑(越谷市花田 6-6-2)

持ち物：タオル、ヨガマット(または大きめなバスタオルでも可)

水分(汗をかくため、多めにご用意ください)

*当日の様子の写真をホームページ、SNS等にアップします
予めご了承ください



特定非営利活動法人 青藍会

キリトリ線

1:30~4:30

3月18日(日)

3月18日(日) 経絡ヨガ 申込書

どちらかに丸をつけてください

お名前

参加

・

不参加

締切日：2月27日