

太陽礼拝ヨガ

こころとからだの
大掃除

108回

1年間の**感謝**を
込めて



2019.12.27(金)

定員20名 **10:00-12:00**

芦屋市立体育館・青少年センター1階剣道場

なぜ108回なのか？

人は生まれながら108の煩惱を持ち、生まれてきたと言われています。ヨガの太陽礼拝では1つの礼拝毎に1つずつ浄化されると考えられています。108回太陽礼拝を終えたあと、なんとも言えない達成感と爽やかな感覚に満たされるでしょう。是非ご参加お待ちしております。

参加費 : 1名 ￥2,200 (当日支払い)

申込み : 体育館受付窓口またはお電話にてお申込みください。

芦屋市立体育館・青少年センター 指定管理者:S&Nスポーツマネジメント芦屋

芦屋市川西町15-3 TEL0797-31-8228