

太陽礼拝 108回

太陽礼拝(サンサルテーション)は、ヨガのポーズを組み合わせたベーシックなルーティン。

私たちが存在している自然の力・恵みへの感謝と

自分の中に在る生命エネルギーを感じる・・・

108回=煩惱の数だけ太陽礼拝を行い、

心を清らかに清々しく新年を迎えましょう。

日時

2021年12月26日(日) 12:50~14:30

場所

川西店 スタジオ2

担当

広野 美香子 インストラクター

(関連資格: ヴィヴェーカーナンダヨーガ研究財団ヨーガ教師・
全米ヨガアライアンス RTY200 取得)



参加費

¥ 1,100(税込)

※他店舗会員及び同伴ビジターの方がイベント以外の施設利用をされる場合は、施設利用料を頂戴いたします。
利用料については、お問い合わせください。

108回の太陽礼拝によって一つ一つの煩惱を浄化。最後は瞑想で心を落ち着かせ、気持ち良く2021年をスタートできるでしょう。

定員

25名 *定員になり次第、キャンセル待ちを受付します

※最少催行人数 5名

対象者

初心者から経験者まで

申込方法

川西、他店舗会員：12月4日(土)10:00よりフロントにて受付を承ります。

(受講者ご本人様に限る)

電話申込：12月4日(土)11:00よりご本人様のみ申込を承ります。

一般の方：12月11日(土)10:00より受付を承ります。

TEL：072-755-3119

持ち物

タオル・ドリンク(蓋のついた容器)・ヨガマット(あれば)

ご注意

- 一般の方の施設利用はお断りさせて頂いています。(ジムエリア・プール利用、他のレッスン参加)
- 他店舗会員様で施設利用される場合、別途施設利用料をお支払い下さい。

- キャンセルは、**12月25日(土)17時まで**にご連絡ください。

当日キャンセルは、返金致しません。(前日まで全額返金)

