

ヨガスタジオatama の12月イベントクラス②
恒例歳末特別イベント！

108回太陽礼拝 笑顔で終えよう令和元年

毎年参加いただいてる方も☆
今年初めてチャレンジ
したい方も☆
令和元年の最後は
笑顔で満足😊

108とは煩悩の数。煩悩は私たちの心を乱し悩ませる心の働きを言います。

太陽礼拝を繰り返すことで自然と心が静かになり、動的な瞑想を感じることができます。続けていくと次第に雑念や不安も消え、108回の太陽礼拝を終えたときには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😊

この恒例イベントで初めて108回達成している方も年々増えています。誰でも最初は不安な気持ちがありますが、参加してみたら分かる、頑張れる気持ちと充実感をぜひ味わってみてください♡

あっという間の令和元年の終わり、皆さんそれぞれの1年、思い出の終わりが笑顔で締めくくられますように🍀

参加申し込み要綱

- ご予約はWEB予約システム、電話、受付にて -

- ・参加費：会員様一律 ¥ 500 (税込)
一般の皆様 ¥2,000 (税込) ※16歳以上に限ります
※会員様も一般の皆様もヨガマットをご持参いただければ200円OFF
- ・事前に参加費を受付にてご入金ください
- ・12月28日営業時間終了時(14:00)を過ぎてからのキャンセルにつきましては連絡の有無や理由に関わらず参加費を頂戴致します
- ・12月28日時点において最少催行人数(4名)を満たしていない場合は開催致しません
- ・動きやすい服装、タオル、水分をご準備のうえお越しください
- ・妊娠されている方、体調が良くない方はご遠慮ください
- ・レッスン中にHP等に掲載する写真や動画を撮影させていただきます。予めご了承ください

12/29(日)

10:30 ~ 12:30

7階 Aスタジオ 定員16名
(最少催行人数 4名)

さき & 七海



ヨガスタジオatama

ホームページ



ご予約

