

# ヨガ&座禅

ヨガで心とからだを解放して、  
禅の空間で自分を見つめ直しませんか？

◇日にち： **11月27日（日）**  
**12月11日（日）**

◇時間： **10：00～11：30**

◇場所： **松尾観音寺 お堂**

◇定員： **15名（各日）**

◇料金： **¥1,500**

◇持ち物： **ヨガマット・タオル・水分**

**完全予約制**

お申し込みはこちらまで

ヨガスタジオ フラータ

電話 **0596-28-1845**

