

秋の癒し

寺



ヨガリトリート

秋を感じに東京・高尾の山寺へ行きませんか
寺ヨガ、精進料理にお写経、護摩行
心地良い癒しを体験してください

ヨガ初めての方からどなたでもご参加出来ます
呼吸深まる貴重な秋の日になりますように

高尾

10/5(土)

◎場所 高尾山薬王院 東京都八王子市高尾町 2177
<http://www.takaosan.or.jp/index.html>

スケジュール

10時 薬王院客殿現地集合

10時半 寺ヨガ

12時 精進料理(高尾の季節を舌でお楽しみください)

13時 お写経

15時半 護摩行(真言宗の迫力を身近で体験)

16時 解散(余韻をお持ち帰りください)

●お名前、住所、連絡先、写経有無をお知らせ下さい
お電話でも承りますが、出来るだけメールにてお申し込み下さい
折り返し、ご予約確認と費用振込みのご案内を差し上げます

◎予約・問い合わせ

広沢 hiro.hirosawa@gmail.com

090-4621-5847

■参加費

写経あり 7500円

写経なし 6000円

ヨガマットレンタルは別途 100円

※動きやすい服装をお持ちください

■主催

三宝寺ヨガ教室 & 観蔵院ヨガ教室

広沢 <http://ameblo.jp/hiroyoga>

中村 <http://ameblo.jp/sacoyoga/>

村山 <http://harmonyyoganews.com/>

Takaosan Yakuouin 2013.10.5.Sat