

ヨガ

×

畑



しゅうたの畑でモーニングヨガ

～大地・空・太陽・植物のエネルギーを全身で感じてみませんか？～



「心」健康ですか？

慌ただしい日常から離れて、開放感たっぷりの「畑」で大自然のエネルギー、そしてこれから育ってゆく作物のエネルギーを全身で感じて下さい。「ヨガ」のポーズや呼吸法でみなさんの身体だけではなく心までも「癒し」へと導きます

日時 4月12日(日) 8:00スタート

場所 うきは市浮羽町山北783-565
(しゅうたの畑)

参加費 1500円

持ち物 ヨガマット (貸出あり)

※初心者の方でも大丈夫です。

※ご夫婦、ご友人との参加也大歓迎。

※要予約

問い合わせ・情報 TEL 090-8417-0760 (青木) 080-4312-1689 (宮崎)

Instagram aoki_shuta_(しゅうたの畑) yagi_maya (ママヨガ教室)

詳しい情報はこちら→

しゅうたの畑

