

春うららチャリティヨガのご案内

木々や草花が次々に芽吹き花開く、気持ちの良いこの季節。

世界中と繋がっている広い青空と大地のもとで見えない糸で心と心を繋ぐように…

一緒にヨガをしてみませんか♪



日時・場所

日時 2011年5月8日(日)10時~12時くらい

会場 熊本城三の丸公園

※場所がわからない方は

旧細川刑部邸の門付近で

ボードを持った係がお待ちしております。

※雨天の場合は5月15日(日)に延期します。

5月15日も雨天の場合は中止とさせていただきます。

参加費

参加費は、

お気持ちをお好きな募金箱にお入れ下さい。

*設置する募金箱は

東北地方太平洋沖地震支援(日本ヨギニケタン)

ニュージーランド大地震支援(日本赤十字社)

ラオス支援、チベット支援 などです。

指導者・参加方法・内容

*指導者は、日本ヨギニケタンの講師講座受講生(5月末に卒業予定)です。

*参加ご希望の方は、**どなたでも!**会場に直接お集まり下さい。お子様も大歓迎です。

*内容は、ハターヨガ、呼吸法、メディテーションなどなど様々なヨガを予定しています!

持ち物・服装

ヨガマット又はバスタオル レジャーシート ブランケット(防寒&下が痛いかもしれないので)

飲み物 服装は動きやすいもの 必要な方は日焼け対策もお忘れなく!

お問い合わせ

ナリマツ 090-1921-0023 (ブログ <http://blog.goo.ne.jp/yaminah>)

ミノダ 090-8227-7144 (ブログ <http://shanti0801.otemo-yan.net/>)

ウエムラ 090-9591-4858 (ブログ <http://blog.goo.ne.jp/bsb-ai247h>)