

アーユルヴェーダ

と

ヨーガ

1/11・18・25

2/1(各水曜)

13:30~15:30

インド伝承医学と
ヨーガで
自分の体と
向き合しましょう

【講師】

坂本 淑子さん

日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
アーユルヴェーダ医学講座上級コース修了

会場：2階 多目的ホール

参加費：700円

定員：35人(先着順)

申込み：12/21(水)～

電話または窓口へ



アーユルヴェーダとはインド古来から伝わる伝承医学です。
ヨガに興味ある方、きつい運動をしないで身体をリフレッシュしたい方にお勧めです。
ゴマオイルのマッサージ効果を体験してみませんか？

#新型コロナウイルス感染症の影響で、中止になる場合があります。

お申し込み時の個人情報は協議会事業以外に使用することはありません。
来場者用の駐車場はありません。



主催：吹田市亥の子谷コミュニティ協議会

〒565-0824 吹田市山田西1-26-20

(吹田市立亥の子谷コミュニティセンター内)

TEL 06-6878-3155