

年末恒例

# 108回太陽礼拝ワークショップ

年の瀬の恒例行事となりました『108回太陽礼拝ワークショップ』を3年ぶりに開催します。今年出逢ったあらゆる人・物事に感謝の気持ちを込めながら、108回太陽礼拝を行い、心身ともにすっきりと気持ちよく新しい年を迎えましょう。ゆったりとしたペースで行います。途中休憩もありますので、初心者の方も参加できます。みなさまのご参加お待ちしております。



日時：12月31日（土） 午前10:00~12:00

場所：IYC四国スタジオ 香川県高松市田町2-3 岡ビル3F

参加費：無料

定員：16名 ※定員になり次第締め切りますのでお申込みはお早めに！

持ち物：ヨガマット（レンタルマットあり 無料）、タオル、動きやすい服装

申込み：穴吹までお申し込みください。※キャンセルの場合も必ずご連絡ください。

※12月1日（木）よりお申込み受付開始します。

穴吹早祐美 [shikokuiyc@yahoo.co.jp](mailto:shikokuiyc@yahoo.co.jp) tel: 090-7622-6653