

浄化

1. 9/18(日)18:00~19:30
2. 10/16(日)10:30~12:00
3. 11/27(日)18:00~19:30

会場 泉の森会館にて

Vol.1. 体

関節へのアプローチでナーディーを清める実習。いつもの実習を自分のものに。

Vol.2. 顔の孔

顔や心臓はいくつもの孔があると教典にあります。孔の清浄テクニックを実習してみましょう。

Vol.3. 心

意識をそこに向ける行為を浄化とするハタ・ヨーガ。実習してみましょう。

受講希望の方は、メール・または直接早野迄 お知らせください。
申込み切各開催の二週間前

- 開催 トリヤンバカム・ヨーガ・センター
 - 会場 泉の森会館 同時リモート授業配信
 - 料金 一般 四〇〇〇円 / 会員 二〇〇〇円 資料込
- ※ 三回セット受講 一般 九〇〇〇円
会員 六〇〇〇円