



Yin Yogaワークショップ Vol.4

・・・秋を味わう

夏から秋へ、自然の流れを感じましょう。

呼吸と身体を、時という空間の中に開放し委ねて見ませんか？

昨日のエネルギーに燃えた自分と、今日の静かな自分

陽と陰のバランス 二つでひとつ

日時:10月12日 AM10:30~12:00

対象者:ヨガ初心者~経験者までヨガを愛するすべての方々

担当:maasa

参加費:ドロップイン ¥3,000 (チケット消化も可)

Yin Yoga
Yin Yoga

