

NATURAL LIFE YOGA
2023 12月

ご予約:090-7422-6132
メールは natural.life.yoga06@gmail.com

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1日	2日	3日
					10:00~ 朝のゆったり ヨガ	
					12:00~ インド料理会	
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
10:00~ ビギナー			10:00~ ビギナー		10:00~ 朝のゆったり ヨガ	
		19:00~ シヴァナンダ	19:00~ リラックス			
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
10:00~ ビギナー			10:00~ ビギナー		10:00~ 朝のゆったり ヨガ	
		19:00~ シヴァナンダ	19:00~ リラックス			
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
10:00~ ビギナー			10:00~ ビギナー		10:00~ 108回 太陽礼拝	
19:00~ ヨーガのお話・最終回		19:00~ 108回 太陽礼拝	19:00~ リラックス			
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
10:00~ ビギナー				新年クラスは	年末年始ヨガリトリート	
		19:00~ シヴァナンダ クラス締め		1/8(月)スタートです		

NEWS

・[暖房費のお願い] 冬シーズン、翌春3月まで、1クラス/+100円の暖房費へのご協力をよろしくお願いいたします。
☆クラスお休み情報☆
12月28日(木)~1月7日(日)まで、お休みします。
2023年 年内クラス締めは27日(水)です。 2024年1月8日(月)から、クラスをスタートします。

EVENT &
WORKSHOP

・2日(土) 12:00~	インド料理会	[料金 2000円]
・18日(月) 19:00~	ヨーガのお話 ~座学~最終回	[料金 1000円](回数券OK)
・20日(水) 19:00~	108回 太陽礼拝 [夜の部]	[料金 1000円](回数券OK)
・23日(土) 10:00~	108回 太陽礼拝 [朝の部]	[料金 1000円](回数券OK)

☆「魂の本質は、きっと永遠であろう。けれども、魂がどういうものなのか私にはわからない。魂を解剖したり分析したりすることもできないからだ。それでもなお、わたしたちは魂の存在を、はっきりとかんじることができるのだ。愛する力として。物事を創造する力として。」