

2020年3月 道場 スケジュール

March

船橋瞑想ヨガ協会

船橋市宮本5-1-1 YKビル3階
 (京成大神宮下駅より徒歩2分
 船橋大神宮 正門の鳥居横 茶色いビル)
 Tel. 050-5586-6195 山中
 funabashi.meisouyoga@gmail.com

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
						01
02	03 18:30 ハタヨガ 19:30 瞑想	04	05	06	07 10:00 ハタヨガ 11:00 瞑想	08 10:00 ハタヨガ 11:00 瞑想
09	10 18:30 ハタヨガ 19:30 瞑想	11	12	13	14 10:00 ハタヨガ 11:00 瞑想	15
16	17 12:00 ハタヨガ 13:00 瞑想 18:30 ハタヨガ 19:30 瞑想	18	19	20	21 10:00 ハタヨガ 11:00 瞑想	22
23	24 12:00 ハタヨガ 13:00 瞑想 18:30 ハタヨガ 19:30 瞑想	25	26	27	28 10:00 ハタヨガ 11:00 瞑想	29
30	31 12:00 ハタヨガ 13:00 瞑想 18:30 ハタヨガ 19:30 瞑想					

* 自主瞑想は上級者のみ参加可能 (要予約)

入会金 5,000円 + 月会費 4,000円
 (初回体験無料、ドロップイン 1,000円)

全てのクラスが受講可能です。

初回お試しは、必ず電話でご予約をお願いします。

60分のハタヨガは、初心者から安心して受講頂ける、リラックス系のクラスです。

瞑想は座り方から丁寧に指導致します。(瞑想は15分程度~個人のレベルに合わせて指導)

その他、船橋近辺でハタヨガ指導しております。遠慮なくお問い合わせください。

*宗教への勧誘・物品の販売等は一切ありません。

Website



https://showak.com/funabashi_meisouyoga/