

# 2021年10月 道場 スケジュール

## October

### 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 10:00 13:00	03
04 11:00	05 13:30 18:30	06	07	08	09 10:00 13:00	10
11 11:00	12 13:30 18:30	13	14	15	16 9:00-12:00 外部WS@船勤 12:30 瞑想	17
18 11:00	19 13:30 18:30	20	21	22	23 9:00 ロング 15:00	24
25 11:00	26 13:30 18:30	27	28	29	30 10:00 13:00	31

- \* 時間のみ表示のクラスは、ハタヨガ (約1時間) & 瞑想クラスです
- \* 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/](https://showak.com/funabashi_meisouyoga/)