

一心の静けさ……の至福を体験しませんか？

Y O G A

ヨガ教室

ラクシュミナラヤニ ユキ

新しくLakshminarayani Yuki 先生をお迎えします！

インターナショナルヨーガマスター、ヨーガ療法士課程修了、スピリチュアルマスターヒーラー、ヒーリングカウンセラー、創造療法士などを含めた極めて多くの経験と資格をもつ先生は、癒しを広めるべくYKyogaism ヨーガ指導者育成講座、レイキヒーリング養成講座を開講し、様々な分野、年齢、ニーズに合わせた指導を14年間も行ってきました。そしてインドをはじめミャンマー、グアテマラ、マレーシア、インドネシア、タイ、ネパール、アメリカでの活動経験があるグローバルなヨーガティーチャーです。詳しくはYKyogaismのHPをご覧ください。<http://yukismyogaism.jimdo.com/>



ありのままのご自身を受け入れ、それを生かし、そして育てていくための、愛のある指導を心がけています。

ヨガのポーズはハードなものではなく、ご自身と向き合い、本来の自分自身に戻っていくための静かなリズムを取り戻していく時間をガイドさせていただきます。目を閉じ、心の目を開いて、ゆるやかに流れる水の流れるように、「わたし」という自分を瞑想的に体験します。

初めての方でも、丁寧にガイドさせていただきます。
心の静けさ……の至福を、どうぞ体験なさってください。

○時間 毎月 火曜日 19:30 ~ 20:45 (19:00~ 会員参加自由のメディテーション)
水曜日 13:00 ~ 14:15 (14:15~ 会員参加自由のメディテーション)
(両曜日とも第5週目はお休みになります。)

○会場 朗子会館

○指導 ラクシュミナラヤニ ユキ 先生

○会費 入会金 5000円

月謝 7000円 (1ヶ月4回分)

(毎週火・水曜日のどちらか1コース)

○お問い合わせ

大本山池上本門寺 朗子会館

担当 布教部 小西 良祐まで

TEL.03-5700-3151

E-mail アドレス hukyo-info@honmonji.jp

