



お寺でyogaと Japan Tea

2016.4.9 (sat)

10:00—12:00 ヨガ ¥3,000- (予約制8名)

◎静かなお堂でゆったり朝ヨガ癒されましょう

スケジュール: ヨガ(90分) 瞑想(30分)

持ち物: ヨガマット(バスタオル)・動きやすい服装



13:00—14:00 茶園CAFE ¥1,500- 予約制

◎煎茶の美味しい淹れ方クイック講座(15分)

◎上級煎茶 2種2煎+和菓子付

!! ヨガ参加の方は、¥1,200-です!!



会場: **専行寺**

住所: 〒162-0053 東京都新宿区原町 3-26 TEL: 03-3203-7625

日本茶アドバイザー
勝俣ゆき子

gallery.of.en@gmail.com

イシュタヨガインストラクター
MASAKO

masako.yoga@gmail.com

最寄駅
大江戸線
牛込柳町徒歩5分