

# パークヨガ

2019年9月15日(日) 9:30~10:30

(雨天の場合、9月16日(月・祝)に順延)



場所：取手ウェルネスパーク  
(取手市新町2-5-25)

持ち物：ヨガマット(バスタオル有)

参加費：無料

## 《月の満ち欠けに合わせたテトックスヨガ》

わたしたちの身体のリズムと密接な関係があるお月様。  
9/14に満月を迎え、下弦の月へと徐々にかけていく  
この時期は浄化のエネルギーが高まります。  
大きな空の下、気持ちよく身体を動かしながら  
テトックスヨガを楽しみましょう！



講師：天谷 由華

〈プロフィール〉

イベント会社での多忙のな日々の中で  
ヨガと出会い、ハワイへヨガ留学を  
決意する。帰国後、ヨガスタジオだけ  
でなく、出張ヨガ、企業ヨガ、パーク、  
ビーチなど様々な場所でヨガで伝える。  
出会う方との輪を大切にしながら  
活動しています。



問合せ：取手ウェルネスプラザ 0297-71-2122