

みんなで
ヨガしよう!

第5回

International day of

YOGA

国際ヨガデー 2019 in 大阪

ヨガのポーズ太陽礼拝
108回にチャレンジ
初心者の方も休憩しながら
やりましょう!

参加無料
事前予約制

下記アドレスまたは
お電話でお申し込み
下さい。

6月21日(金)

昼の部 14:00-16:30 (受付13:30-)

夜の部 19:30-21:00 (受付19:00-)

ゲスト 日本一明るい経済新聞編集長 竹原信夫氏

会場 天王寺区役所 講堂

大阪市天王寺区真法院町20-33

地下鉄谷町線 四天王寺前夕陽ヶ丘駅 ①②出口徒歩7分
JR環状線 桃谷駅 徒歩10分

後援 天王寺区

会場 大阪市立総合生涯学習センター 駅前第2ビル5F

大阪市北区梅田1-2-2-500

地下鉄 御堂筋・梅田 / 四つ橋線・西梅田
谷町線・東梅田

J R 大阪駅 / 東西線 北新地駅

申込 お名前・性別・携帯番号・メールアドレスを記入してお申し込み下さい。

info-kansai@artoflivingjapan.org

080-4024-3229 (ニーラ・スリニディ)

anxi-stretchyoga@sky.plala.or.jp

090-7350-3175 (アンシー)

持ち物

運動着着用、ヨガマット
飲料水、先着順受付。