

主催:NPO法人VYS YOGI

マットの上の1時間が、マットの外の23時間を変えていく
ヨガの源流

やさしい古典ヨガ

9/21 (月・祝)15:10~15:50

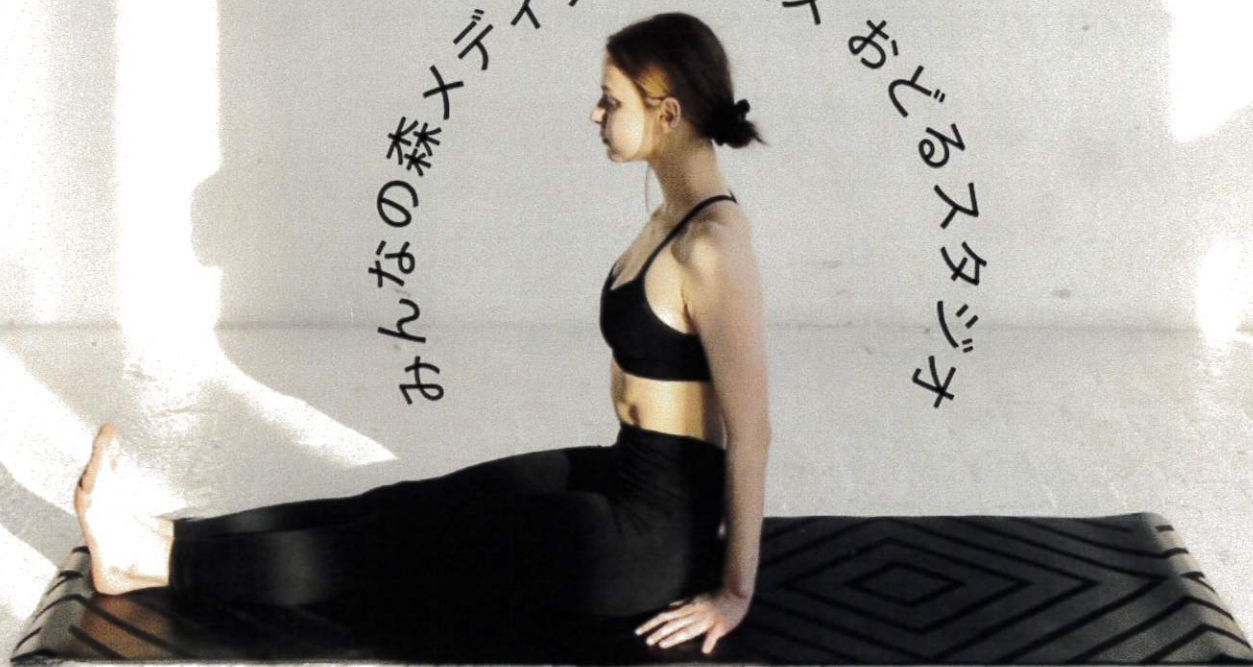
椅子を使ったクラスだから不調や痛みのある方も安心♪

・持ち物：ヨガマット、飲み物

・参加費 ¥1500

生活習慣を
健康習慣に…

アコスモス
おとるスタジオ
森のなみ



講師:篠田

マスタースタディー・東城百合子先生に師事。
地元岐阜を離れ東京と石垣島に暮らす中で
自然と生きる大切さを体感。

誰かのため、を、私のため、に変えていく事が
家族やパートナーの幸せに繋がります。

ヨガを通してたった1人の「私」大切にしませんか。



初心者さん大歓迎

連絡先:chinamilk2000@yahoo.co.jp

レッスンの
種類が豊富



お子様や
ご家族と



テラヨガ岐阜 7寺で開講中！ [毎週開催*月により休講あり/予約優先]



- 火** 10:00-11:00 瑞雲院 /岐阜市寺町19
- 水** 10:00-11:00 龍泰寺 /関市下有知5055-1
- 水** 18:30-19:30 祥光寺 /美濃加茂市太田町28651
- 木** 10:00-11:00 善光寺 /岐阜市伊奈波通1丁目8
- 木** 18:30~19:30 長國寺 /恵那市大井町1246
- 土** 10:00-11:00 法福寺 /各務ヶ原各務車洞6799-3
- 土** 14:00-15:00 崇福寺 /岐阜市長良福光2403番地1
- 日** 08:00-09:00 龍泰寺 /関市下有知5055-1

快適な日常生活のために、
ヨガをしよう
お寺で、オンラインで、
続けよう



*開講時間、担当者は変更になる可能性があります

Instructor 講師



みちこ



相京千江



篠田千奈実



井町恵美

各テラヨガ公式LINE ぜひご登録ください！



テラヨガ岐阜
公式LINE



@TERAYOGA_GIFU
テラヨガ岐阜
Instagram



テラヨガ
web site全国版

Price 料金/全寺共通！*テラヨガ@オンライン参加時追加料金が必要

新規・継続割チケット ¥7,500/5回〔¥1,500/1回〕※有効期限2ヶ月
1回ずつのお支払い¥2,000 ※有効期限を過ぎてのチケット購入は定価¥9,000/5回〔¥1,800/1回〕

Contact us ご予約・お問い合わせ

公式LINEもしくは terayoga-gifu@vysyogi.comまでお気軽にどうぞ！



主催 NPO法人VYS YOGI

テラ
ヨガ
terayoga