



百済寺ヨーガ教室



滋賀県最古のお寺、百済寺で古より親しまれているヨーガを体験しませんか？

本坊喜見院の庭園を見ながら、自然の音をきき、そよそよとふく風を頬にふれながら身体を整えます。ヨーガの後は、お庭を見ながらお抹茶をいただき心もほぐしましょう。

記

日 時：令和8年6月5日(金)、6月20日(土)、
7月7日(火)、7月25日(土)いずれも10時からお昼まで

場 所：百済寺本坊喜見院

費 用：1,500円(抹茶付き)

持ち物：バスタオル、ヨガマット(あれば)、飲み物やタオルは必要な方はご持参ください。

その他：服装は体を動かしやすいもので靴下は脱いでも五本指ソックスでも大丈夫です。

あぐらになるのがつらい方は椅子をご用意しますのでお申し出ください。

単発でも受付けております。お気軽にお申し込みください。

TEL0749-46-1036

