

千住まち YOGA



9月のまち YOGA は
「千住四丁目の氷川神社」にて。

今回は、いえまちと秋庭農園さんとでコラボしたハーブティ
「いえまちブレンド」を振舞います。

過ごしやすい秋の気候の中で
ハーブティの香りとヨガでリフレッシュしましょう。

講師紹介

小橋 あゆみ

anadavis yoga TT 卒
マクロビオティックリマ
クッキングスクール上級卒

2014.09/27[SAT]

場 所：千住四丁目氷川神社社務所
東京都足立区千住 4-31-1

受 付：13:30 ~

Start：14:00 ~ 15:30

参加費：1,500 円

持ち物：(1) 運動のしやすい軽装

(2) ヨガマット又はバスタオル

(3) 水分補給用のお飲み物

※なるべく空腹でおこしてください

対象者：初心者 大歓迎

講 師：小橋 あゆみ

その他：いえまちブレンドお試し用ティーバック (5 個)
をお持ち帰りいただきます



氷川神社 MAP

いえまちブレンド

カモミールなど、こころを落ち着かせる
効果があるハーブを中心にブレンドしています。
千住の名前の由来となった千手観音をイメージし、
「ハスの葉」もブレンドしています。

やさしい香りとすっきりとした味わいに
仕上がりました。

produced by AKIBA noen

【ご予約お申込み・お問い合わせ】

「千住いえまちプロジェクト」ホームページお申込みフォームからお申込みください。

主 催：千住いえまちプロジェクト(あだちまちづくりトラスト助成事業)

千住まちヨガ事務局：野見山・山崎

e-mail: senju.iemachi@gmail.com Tel: 03-6300-0619

詳細は、千住いえまちのHPでご確認下さい。<http://1010iemachi.jp/>