

千住のまち de まるまる1日 YOGA づくし

2016 **5.21** (Sat.)

AM10:00 START ~ PM 6:00 END

千住

SENJU MACHI YOGA MATSU-RI

まちヨガ

祭 まつり

VOL. 0

チャリティヨガ (YAM東北) ●本水川神社
●虹の広場(荒川土手)

キールタン(歌うヨガ) ●本水川神社
●タカラ湯

親子ヨガ ●長円寺
●4丁目水川神社社務所

キッズヨガ ●長円寺
●安養院

ヨガニドラ(寝たままヨガ) ●安養院

ストレスとヨガ ●4丁目水川神社社務所

いえまちスペシャルヨガメドレー ●安養院

いえまち二日整体院 ●玉井荘

スパイスフード ●なかだ楼

オリジナルスムージー ●なかだ楼

- 長円寺
- 安養院
- 4丁目水川神社社務所
- 安養院
- 玉井荘
- なかだ楼
- なかだ楼



料金

1クラス 1,000円

キッズヨガ 500円

※ラビヨガ/笑いヨガはドネーション制

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ください

お申し込み・お問い合わせ

「千住いえまちプロジェクト」HPより
 URL : <http://1010iemachi.jp>
 e-mail: machiyoga.fes@gmail.com
 (千住いえまち まちヨガ祭担当: 加藤)

