

千住まち YOGA



今回の千住まち YOGA は銭湯の中の「King of 縁側」の呼び声高い、千住元町の「タカラ湯」での開催。

千住を見守ってきた空間で心地よい雰囲気になれながら、気持ちよくからだをほぐしましょう。

2017.07/23(SUN)

場 所：タカラ湯
東京都足立区千住元町 27-1

受 付：12:30 ~

Start : 13:00 ~ 14:00

参加費：1,500 円 (入浴料込)

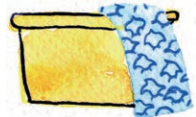
- 持ち物：(1) 運動のしやすい軽装
(2) ヨガマット又はバスタオル
(3) 入浴の準備
(4) 水分補給の為のお飲み物
※なるべく空腹でおこしてください



講 師：Asako



タカラ湯 MAP



ヨガ講師

Asako

ヨガインストラクター

千住在住。インドにてヨガ、瞑想を学ぶ。現在も多様なジャンルのヨガを学びつつ、自身も呼吸・心・身体を整えるハタヨガを伝えている。

<http://ameblo.jp/yogaspaceao/>

【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

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

