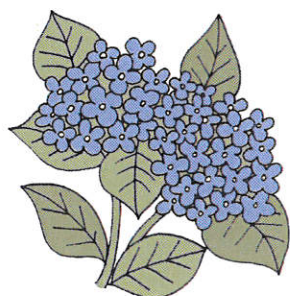


長楽寺文化教室 お寺で楽しくリフレッシュ!

足もみ健康講座と坐禅の会



← 昨年開催時の様子



↑ 講師の荻野玲子先生

足の裏を見ると、その人の健康面だけではなく、性格や心の状態までわかるそうです。今回は国際若石プロの講師の先生をお招きし、自分でできる足もみ健康法などを詳しく教えていただきます。誰にでもできるやさしい内容となっておりますので、皆さまお気軽にご参加くださいませ♪

日時:平成24年6月9日(土)10:00~12:00

① 足もみ健康講座(60分)

② 坐禅(30分)+茶話会(30分)

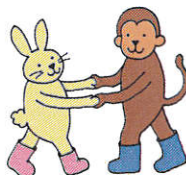
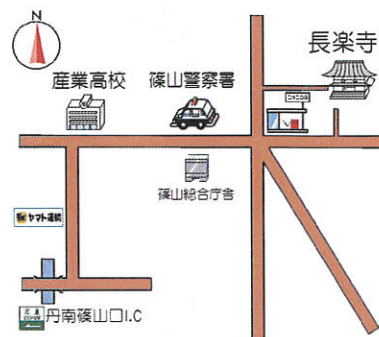
会場:如意山長楽寺本堂(定員20名)

持参:タオル、バスタオル

服装:自由(動きやすいもの)

講師:荻野玲子(国際若石プロ)

会費:1,000円(小学生以下半額) 茶菓子付き



長楽寺文化教室
は、楽しい企画が
目白押しですよ!

参加ご希望の方は5月31日迄
にお申し込みくださいませ♪

●お申し込み・お問い合わせ

如意山長楽寺 篠山市郡家493番地

電話番号: 079-552-1544

FAX番号: 079-550-1451

eメール: mail@chorakuji.net

ホームページ: http://chorakuji.net

◎長楽寺文化教室は、ほぼ毎月第一土曜日

当会は篠山市民プラザ加入団体です



↑4月7日は「ヨガと坐禅と花まつりの会」を開催いたしました↑



住職による坐禅指導



昨年の「ヨガと坐禅と中国茶の会」の様子