

# つながる春のヨガマルシェ

ヨガの語源は、繋ぐという意味があります。春の訪れとともに、新たなつながりを感じる2日間。特別レッスンやマルシェやダンスなど、楽しい時間をぜひ一緒に♪

3.29(土) 10:00 ~ 18:30 | 3.30(日) 10:00 ~ 17:30

参加費(入場) 1,000円

レッスンやマルシェで使えるクーポン500円券2枚をお渡しします  
ご予約制・当日現金払い・2日間共通出入り自由

## レッスンスケジュール(有料)

3/29  
土

各定員10名・要予約

10:00~ 絵本セラピー ほしのたに文庫  
16:20~ 自律神経整えヨガ Mika  
17:30~ ヨガニドラ 自分を深く知る旅へ りか

3/30  
日

10:00~ 美姿勢ウォーキング 水流さおり  
16:20~ 自律神経整えヨガ Mika

こんな方におすすめ!

- ✓ 新しい体験をしてみたい方
- ✓ アットホームなマルシェでくつろぎたい方
- ✓ ヨガ初心者も経験者も大歓迎!
- ✓ ご家族やお友達と楽しみたい方
- ✓ 自分とつながる、心と体をつなげる、ご縁をつなげる。つながりを大切にしたい方

## ヨガのポーズで 記念にパチリ☆

インストラクターが  
アドバイスを添えながら、  
ヨガのポーズで記念撮影♪



## お菓子と珈琲販売

工房菓野香のスイーツ  
sugacoffeeのこだわり珈琲

## ヨガフリマ

ヨガウェアの  
フリーマーケット

# マルシェ

29(土) 11:30 ~ 16:00 | 30(日) 11:00 ~ 16:00

## パフォーマンス 観覧無料

29(土) 13:00~13:30 フラ(Ple Aloha Hula)

29(土)・30(日)時間未定

キッズコンテンポラリーダンス

「私の日記帳」Maho(振付 Shiho)/

みんなでヨガ 他

## SHOP

29日のみ

ドライヘッドスパ 糸掛曼茶羅販売  
薬膳セラピー 潜在意識の声を聴くメモリーオイル

30日のみ

生命の樹カラーセラピー インスピレーションアートのライアー音浴 丹田呼吸を意識したお抹茶点て体験  
柄巻きワークショップ

両日

チャクラとマントラのお守りアートネイル  
デコ&ネイル ヨガストラップ インド刺繍小物

## 場所

ヨガスタジオアルモニ 厚木レッススタジオ

神奈川県厚木市中町2丁目8-6 中町ビル 4F

小田急線本厚木駅東口より徒歩3分

イベント詳細



ご予約フォーム

