

# 週末お泊りヨーガ with Fr. Alex



## 【日時】毎月1回

4月は13日(土)～ 14日(日)

5月は18日(土)～ 19日(日)

土曜日の夕方ヨーガ18:00～19:30



日曜日の朝ヨーガ 6:00～7:30



## 【場所】

西日本靈性センター(イエス会黙想の家)

広島市安佐南区長東西2-1-36



## 【持ってくるもの】

ヨーガマットかバスタオル、動きやすい服装

## 【レッスンの参加について】

ヨーガのレッスンのみ参加(宿泊なし)

は申し込みの必要はありませんので、



時間までにお越しください。参加費は自由献金。

宿泊/食事(有料)の予約をされたい方はご連絡ください。

**西日本靈性センター：082-239-0034**