

プールサイド灯瞑想in 秋葉山

室外プールに冬のイルミネーションの灯りを作って大自然に
囲まれ呼吸法・インド&バリ島風火のお祈りと瞑想で癒しを！

イルミネーション・バリ島風祈り・呼吸法・
瞑想In秋葉山



バリ島のお祈り和歌山で皆で行います。

写真:イメージ

・日時：令和3年12月11日(土) 15:30 ~ 17:30 ※雨天予備日：12月18日(土)
※中止の場合当日14:00までに HP 掲載。

- ・参加費：3,500円(材料費含む)
- ・定員先着：30名。中学生以上(親子で参加の場合中学生は先着5名まで無料)
- ・講師：ガネーシュ・ギリ、Azusaさん：和歌山出身バリ島在住
- ・内容：屋外プールを囲んで呼吸法・お祈り・めいそう・Chanting等
- ・お申込方法：秋葉山プール(073-445-7300)へ、直接またはお電話
参加費は事前にお支払いもしくは当日お支払いください。
- ・経験が無い方も参加できます。

・お申込期間：12月9日(木)まで

ご注意

コロナ感染予防ガイドラインを遵守し実施します。
防寒対策をして運動しやすい服装で参加して下さい。
ヨガマットを持参願います。

スパイス入り
ホットチャイ&
サモサ付き

秋葉山公園県民水泳場