

講師紹介



Yoga&Therapy studio marici
Mariko Murakamiさん



陽岳寺 副住職

向井 真人さん

お坊さんと

語ろう！

遊ぼう！

寺ヨガをしよう！

MiNaviプログラム



忙しい学生生活から

少し離れてみませんか？

ボードゲームと寺ヨガで

マインドフルネスを体験しましょう！

【日時】

六月二十九日（土）

午後一時半から午後七時まで

【場所】

臨済宗妙心寺派 陽岳寺

【募集人数】

二十四名

【参加費】

三〇〇円

【申込方法】

Oh-o! Meiji
アンケート画面より

【申込期日】

五月三十一日から六月九日まで

【参加特典】

ボードゲームのポストカード
がもらえます！