

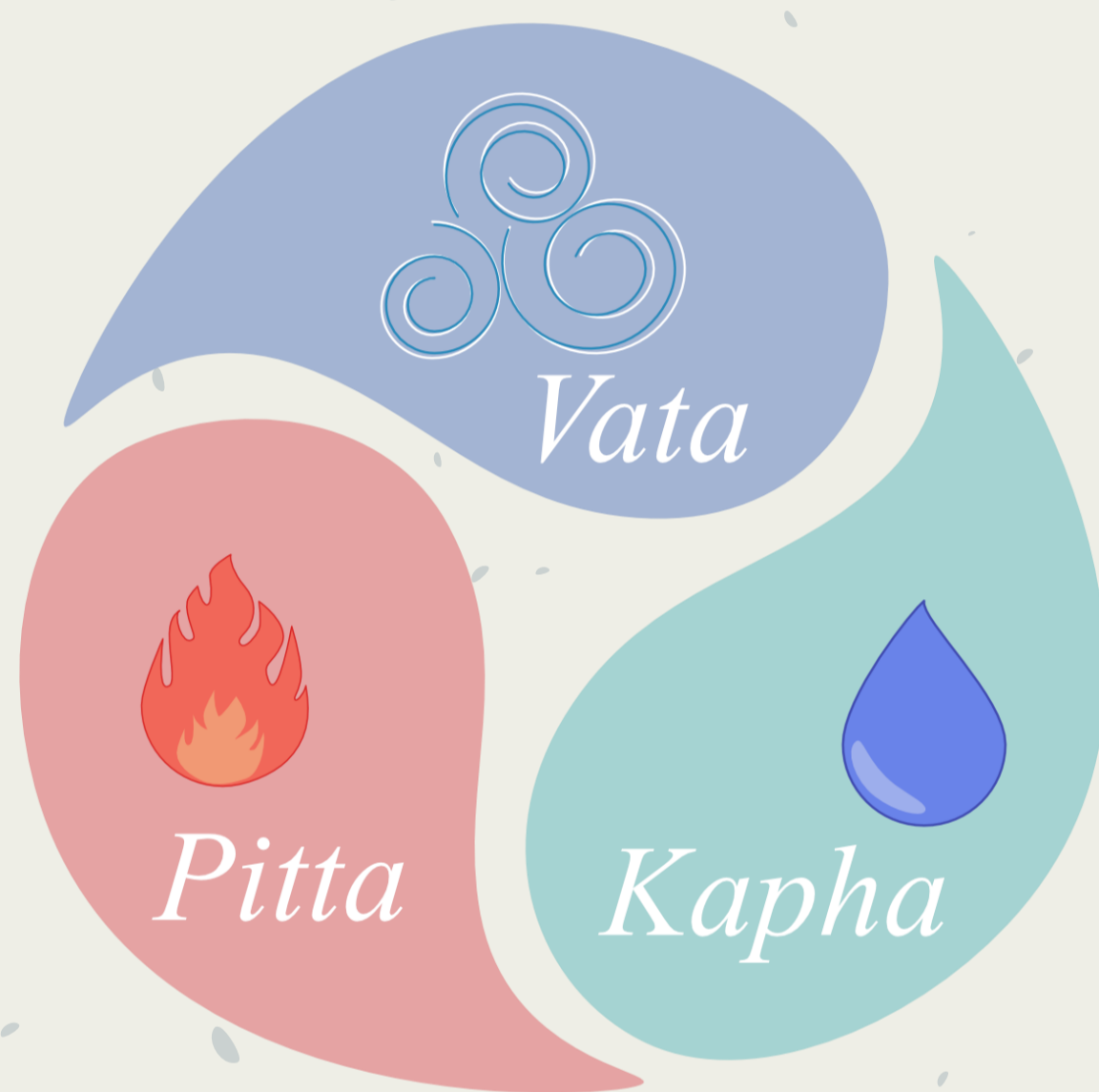
アーユルヴェーダ入門

健康カフェ

アーユルヴェーダとはインド・スリランカ発祥の健康法です。

アーユルヴェーダに基づいた、3つのタイプを診断します。

おすすめのハーブティをいただきながら、心と体を健やか保つ方法を学びましょう。



日時: 6月20日 (火)

10時30分~11時30分

会場: 青葉台コミュニティハウス 2階 中会議室

講師: 鈴木友也さん(アーユルヴェーダセラピスト)

参加費: 400円(お茶付) 定員:16名

申込方法: 5/11より電話 又は 受付にて
マスクの着用にご協力ください