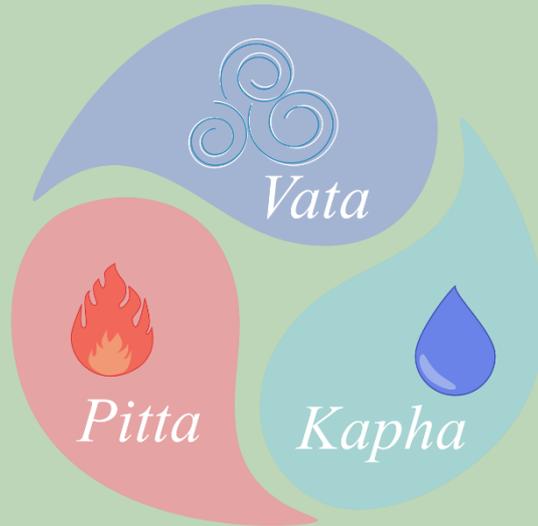


青コミ健康カフェ

アーユルヴェーダ入門 季節の過ごし方



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。おすすめのハーブティをいただきながら、梅雨や夏の暑さを乗り切る方法を学びましょう。

日時: 6月4日 (火)

10時00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: 500円(お茶付)定員: 20名(先着順)

申込方法: 5/11より電話 又は 受付にて