

# 1年間の心と体の大掃除

## 108回 太陽礼拝～サルテーション～

自分に。誰かに。全ての物事に。1年の感謝を込めて108の祈りを。...

108回太陽礼拝とは、

12ポーズある一連の流れを繰り返します。  
108回全てに参加をする必要はありません。  
ご自分のペースでお気軽にご参加ください。  
最後はみんなで達成感を味わいましょう。  
お待ちしております！



2019年12月28日（土）  
15：00～16：45

【参加料金】

会員¥1,000／非会員¥2,000

※参加者が多くなった場合は、  
会場を変更する予定です。