

子どもネットワーク可部会員の皆様へ

ヨガ教室のお誘い！

子どもネットワーク可部の会員で、
原発事故後、福島から家族で移住された渡部美和さんからの誘いです。

ヨガに出会って 20 年。出産・原発事故による避難などでブランクはありましたが、そのおかげで、ヨガの素晴らしさに改めて気づくことができました。

ヨガのポーズや呼吸への気づきは心に静けさを生み、本来の自分を思い出させてくれます。

ゆっくりとどなたでも出来るように進めていきます。

身体を締め付けられない楽な服装でご参加ください。

渡部美和

日時：11月25日（水）13：30～15：00

12月11日（金）10：30～12：00

場所：子どもネットワーク可部事務所

参加費：一人 1300 円

持ち物：飲み物・バスタオルか毛布

*** ヨガマットは事務所にあります ***

申込先：子どもネットワーク可部

電話・FAX 082-815-1530

メール：konetkabe@ybb.ne.jp

