

2018 年度「カープピンクリボンバッジ助成事業」報告書

ピンクリボン♡ヨガ

乳がん患者・心とカラダのリラクゼーションヨガ

開催日時 毎月第2土曜日 14時～15時半

開催場所 ピンクリボンビル39ビル2階

内 容 乳がんの治療中の方が、ゆっくりとした呼吸で、心と身体つながりを感じながらやさしく身体を動かしていきます。

ヨガの後は、ハーブティーを飲みながら、自由にお話の時間です。

病気を経験した女性の方が安心して
参加できるヨガサロンです

優しいヨガで
頑張っている
ココロとカラダを
リフレッシュしませんか？



リラクゼーションヨガ

【日時】

毎月第2土曜日
14:00～15:30

(レッスン後ミニティータイム)

予約は不要です

※日時が変更になる場合もあります
のでお問い合わせください

【参加費】

500円

【準備していただく物】

動きやすい服装・タオル(汗ふき用)
ヨガマット(お持ちの方のみ)
バスタオル(ヨガマットの代用)
水分補給用のドリンク

【場所】

ピンクリボンビル39ビル
2階会議室 更衣スペースあります
広島市中区三川町1-20

お問い合わせ

講師 中谷 麻衣子

050-5240-3825



maiko2011pinkribbon@gmail.com

