

～日常からはなれた静かなひと時～
脳のリセット 心がスッキリ！

やさしい坐禅会

カラダ

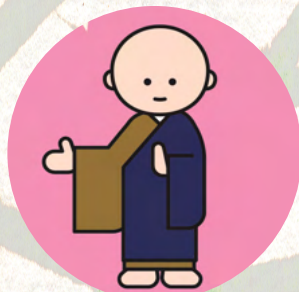
を調え

呼吸

を調えらる

ココロ

が調う



一から丁寧に
作法を教えます



坐禅
休憩をはさみ一時間程です



イスでの坐禅も
可能です



ご希望の方は
警策も体験出来ます

お電話・メールにてご予約下さい
先着20名を定員とさせていただきます



045-752-2800



ryusyuin@outlook.jp

6月22日(日)

15:00～ 作法説明

坐禅体験

16:30頃 終了