



護国寺主催

(第2回目)

大瀧山に登ってヨ～ガ
をする日

4月24日(日曜日)

午前9時 護国寺集合

★ 持参していただくもの

お弁当・水分・マット(ピクニックシート可)

護国寺から40分で登れる大瀧山の山頂で、心身ともに心地良くなるヨーガを行います。9時過ぎに護国寺を出発し、休憩しながら山頂まで登り、ヨーガをしてお昼ご飯を食べます。

午後は山頂付近の洞くつなどの自然を散策し、希望される方はパワースポットで自由瞑想ができます。詳細は御電話かまたはホームページをご覧ください。

(電話) 0889-24-7244 (ホームページ) gokokuji.site



※ 昨年第1回目の様子