

けんこうかて  
ソレイユ

# 秋の特別プログラム開催!!

## H29.11.25(土)13:00

「ライアーの音で健康になる  
シリーズ第3弾」  
「やさしいイスヨガ」

ライアーという楽器の生演奏を聴きながら身体を動かします♪

ヒーリングライアー演奏者: 秋吉まり子

レッスン指導: 伊藤智江

日時: H29.11.25(土) 13:00~14:30

(レッスンとティータイムを含めて90分間となります)

定員: 15名(予約制)

\* 送迎をご利用の方は別途予約が必要となります

料金: ポイントチケット制/4ポイント(当日券 ¥2,160)

送迎は往復で1ポイント(¥540)

持ち物: 飲み物(蓋付きのもの)



いすに座ったままおこなう、やさしいレッスンです。  
ライアーの音色を肌で感じながら、心と身体の緊張を緩めて  
いきましょう。(＊ヒーリングライアーとは、ドイツの  
弦楽器です。手作りの楽器からは、心地よい音色が生まれて  
きます。通常よりも低い周波数の音色には、リラックス効果  
と癒し効果があります。)

レッスンの後は、あたたかいハーブティーを飲みながら、  
ゆったりとした時間を過ごしましょう。



ひのきの香る「けんこうかんソレイユ」に

「ホッと一息」つきに来てください

施設: けんこうかんソレイユ

運営: 株式会社リソスフェア

住所: 千葉県我孫子市白山1-23-2

[お問い合わせ:04-7182-1120](tel:04-7182-1120)

「ホッと一息  
つきましょう!



ハーブティー付き