年末恒例イベント

108回太陽礼拝

12.26 (土)　9:30-12:15

担当Miyuki

毎年恒例となりました太陽礼拝108回。今年も私、Miyukiが担当させていただきます。
毎年、「最後までできなかったらどうしよう」そんな声を耳にします。
その怖さは、何に対する恐れでしょうか？
「自分だけできなかったら」という、周りの目を気にする気持ちでしょうか？
何者かになろうとしなくていい。誰かと比べる必要もありません。
例えば山を登るように、何かを成し遂げる時、
大切なのは、一歩ずつ自分のペースで進むこと。
時には立ち止まってもいい。休んでもいい。そして、また歩き始めればいいのです。
ふと振り返ったとき、自分が歩んできた道のりと、
その先には広がる景色があることに気づくはず。
108回という数字にとらわれず、一回一回の呼吸と動きを大切に。
自分自身の歩みを見つめる時間にしましょう。
皆さまのご参加を心よりお待ちしております。Peace!

【定員】
60名（事前予約必須）
【料金（税込）】
会員様3300円
※デイタイム会員様は＋時間外利用料1980円
非会員様3300円＋ウェルチケ
【持ち物】
飲み物、タオル、ウェア

カルド新潟万代　📞025-384-4974
ご予約はTELまたはフロントにて