

# 心が楽になるワークショップ

～きっと大丈夫～

自分で自分を縛っていませんか？  
いつもヒトに気を使っていませんか？  
私がわたしから自由になれるセルフ  
ヒーリングワークショップです。  
たくさんの傷ついた私を癒しましょう。



## 【開催日時】

1/6 (土)、2/25 (日)、3/25 (日)

4/28 (土)、5/27 (日)、6/23 (土)

☆14:00～17:00 参加費 2,000 円

【開催場所】参加スタジオにご予約ください

イルチブレインヨガ 檀原スタジオ

☎0744-21-0330



イルチブレインヨガ大和郡山スタジオ

☎0743-53-1915

