

～体を操る釈迦の呼吸～

息観自在

呼吸ヨガ

釈迦の求めた**呼吸**

身体を備え、心を鎮め

今ここに生きる、自然な**呼吸**が

身体の健康と

心の調和を導くでしょう



体験者の声

呼吸ヨガの日は  
熟睡出来る

薬がいらなくなった

考え方が前向きに  
なった

長年の不調が  
改善した

オーロラセラピー  
気持ちいい

アツとの間体操  
楽しい

【体験場所】

- ・オーロラ体操教室
- ・豊明団地自治センター
- ・豊田市高岡コミュニティセンター

- ・豊明市民大学ひまわり
- ・刈谷市東境市民館

※個人指導・不定期開催も受けます

申し込み・問い合わせ

090-9922-9124(吉川) 090-4794-7001(桑名)

☐ <https://sankyu-life.meisho-hp.jp/>

※オーロラ体操・アツとの間体操は 登録商標です。