

# がんサバイバーさんのための ココロとカラダを癒すヒーリングYOGA



要予約  
12名限定

参加費  
500円

2025.1/25(±) | 10:00(受付開始9:50)  
| 12:00終了予定

※10:10~11:10ヨガ体験・11:20~12:00 情報交換会

- \* 場 所 大崎市図書館 2階研修室5
- \* 講 師 齋藤夏美氏 (YOGAインストラクター)
- \* 対象者 がん体験者(女性限定) 医療関係者

★準備物 ヨガマット(大判のバスタオルでも可)・飲み物(水)・汗拭きタオル  
必要な方はブランケットやバスタオル(最後のお休みの時間、よりゆっくりおくらせ頂きます)  
※動きやすい服装でご参加ください。

主催 りんりんの会(乳がん体験者の会)

- 申込・・・E-mail [strinrin320@gmail.com](mailto:strinrin320@gmail.com)
- 問合せ・・・りんりん携帯 090-6259-9205 (※土・日/対応可)