

ヨガラン当日の流れ

8:30～9:00	受付	
	本堂	和室
9:00～9:20	ご住職様による般若心経	
9:20～9:40	移動	
9:40～10:40	根岸 厚子さん講座	満 直子さん講座
10:40～11:00	移動	
11:00～12:00	橋本小夜子さん講座 (タオルかハンカチを用意)	針谷 蓉子さん講座
12:00～13:00	昼食(パンの販売・組紐販売・ドネーション)	
13:00～14:00	ヨガランカルテットによる サククス演奏	
14:00～14:20	集合写真撮影及び移動	
14:20～15:20	豊田 武志さん講座	木暮 雅子さん講座
15:20～15:40	移動	
15:40～16:40	青山晴江さんによる詩の朗読	
16:40～17:00		寄せ書き・アンケートタイム
17:00～17:30	清掃瞑想	

解散後 懇親会会場(夢庵)へ