

ひたすらに動き、ひたすらに坐る

特別坐禅会

曹洞宗大本山總持寺という特別な空間で行う坐禅と、
ヨガ講師佐藤ゴウ氏によるワークシヨップを一緒に体験できるスペシャルな企画です。
呼吸を意識しながら体を動かし、坐る。やがて心身が安定するのを感じるでしょう。

日程

2018年 11月18日(日)

会場

曹洞宗大本山總持寺
(横浜市鶴見区)

参加費：4500円(小学生2000円)

精進料理 2500円(希望者のみ)

定員100名

*事前申し込み・前払い

親子参加可

中学生以上は一般料金となります。
ヨガマットはご持参ください。

○プログラム

9:00～9:30 法話

10:00～10:40 坐禅

11:00～12:00 ヨガ

12:00～12:30 ヨガ講師と僧侶のクロストーク

13:00～13:30 希望者のみ精進料理の昼食

13:30～14:30 希望者のみ諸堂拝観

※スケジュールは変更される可能性があります。

詳細は開催日1週間前までにご案内いたします。



ヨガ講師／佐藤ゴウ

IHTA 国際ホリスティックセラピー協会理事

認定校YMCメディカルトレーナーズスクール講師

日本各地で行われるヨガイベントにメイン講師としてヨガクラスを多数担当。省庁主催イベントのヨガレッスン、企業での指導など多岐にわたる。さらにテレビ出演やヨガ専門誌や女性誌をはじめとするメディアへの掲載実績も多数。ヨガ指導者養成カリキュラムの監修。FMラジオ「佐藤ゴウのヨガ寺子屋」担当。

お問い合わせ
お申し込み先

公益財団法人 仏教伝道協会

www.bdk.or.jp

TEL : 03-3455-5851 FAX : 03-3798-2758 MAIL : event@bdk.or.jp

お申し込みは当協会ホームページのお申し込みフォームで受け付けております。
お電話・メール・FAXでも承ります。チラシの裏面をご確認ください。

【お申込み方法】

- ホームページ www.bdk.or.jp のお申込みフォームで受け付けます。
お支払方法はクレジットカード、または銀行振込のどちらかをお選びください。
- メール event@bdk.or.jp に、お名前、住所、電話番号、参加するコースを明記の上ご連絡ください。お支払方法は銀行振込のみとなります。受付後に振込口座のご連絡をいたします。
- FAX 下記へご記入の上、03-3798-2758 へお送りください。お支払方法は銀行振込のみとなります。受付後に振込口座のご連絡をいたします。

< F A X 申込用紙 >

FAX: 03-3798-2758

お名前	ふりがな
ご住所	〒 _____
電話番号	
FAX 番号	
E-mail	
コース ※どちらかに印をつけて下さい	<input type="checkbox"/> 特別坐禅会（精進料理付）7000 円 <input type="checkbox"/> 特別坐禅会・小学生（精進料理付）4500 円 <input type="checkbox"/> 特別坐禅会（精進料理なし）4500 円 <input type="checkbox"/> 特別坐禅会・小学生（精進料理なし）2000 円

※今回ご記入いただきました個人情報は、お申込みの照会のみを使用させていただきます。

※ご入金後の変更・キャンセルはお受けできません。あらかじめご了承ください。

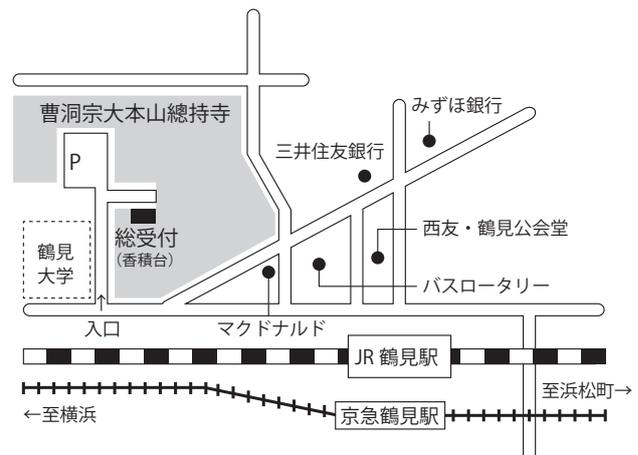
※小学生のみのご参加はご遠慮ください。

【会場までのアクセス】

JR京浜東北線 [鶴見駅] 西口より徒歩(約5分)

京浜急行線 [京急鶴見駅]より徒歩(約7分)

※駐車場のご用意はございません



【お問い合わせ・お申込み先】



公益財団法人 仏教伝道協会
BUKKYO DENDO KYOKAI

〒108-0014
東京都港区芝 4-3-14

<http://www.bdk.or.jp> E-mail: event@bdk.or.jp

Tel: 03-3455-5851 / Fax: 03-3798-2758