身体も心ももっとピュアになれる♥

あうん Yoga Fasting Days（断食コース）

草木が芽吹き動物も冬眠から覚めるように、春の訪れとともに、私たちの体もエネルギーが活発になります。そこで、**「食べない」選択**で内臓を休め、たまった**毒素を出し**、身体の**本来の力を取り戻すデトックス!!**
あうんならではの Yoga Fasting で、**心も身体も軽くピュア**になった自分を体験してみませんか？

日時：**4/3（金）** 夕方6:00p.m. ～**4/5（日）** 昼12:00頃

2泊3日

会場：yoga shala あうん

参加費：２３，０００円（税込）　最少催行人数：４名様

内容：Yoga (4回)/カルチャー講座（ガーデニング、手芸、美と健康レクチャー等）/コクーン（火山石の浄化）/飲み水、３日目の朝の食事/施設利用料（あうん「旺蔵」への宿泊を含む）

持ち物：着替え（ヨガ、コクーンがありますので、動きやすい服装）、タオル、洗面用具、飲み水用の水筒またはペットボトル、ヨガマット
※あうん「旺蔵」はシャワー、トイレ共同の相部屋です

＜お申し込み＞

あうん受付でチケットをお求めになるか、電話等でお申し込みの上、下記の口座に参加費をお降込み下さい。

振込先：　ゆうちょ銀行　１７４００　５８７１８０９１　　名称　あうん
（ゆうちょ銀行以外からお振込の場合、支店名　七四八　　口座番号　５８７１８０９）

※ご入金後の払い戻しは致しませんのでご了承下さい。やむをえずキャンセルの場合、
あうん YOGA クーポン（８枚）を差し上げます。

＜注意事項＞

＊断食初日の食事は、脂っぽいものは避け、なるべく消化のよいものを召し上がり下さい。
＊病気の治療が目的ではありません。心臓疾患などの持病をお持ちの方はご遠慮下さい。
＊駐車場はご利用いただけます（無料）
＊最寄りの西鉄柳川駅・ＪＲ瀬高駅・新幹線筑後船小屋駅からの送迎をご希望の方は、事前にご予約下さい。（片道 500 円）

yoga aún cafe

yoga shala あうん
福岡県柳川市大浜町 814-3
TEL: 0944-32-9384/090-7159-6593　FAX: 0944-32-9395
E-mail: aun2010@bird.ocn.ne.jp
ホームページ http://www.aun-yoga.com　ブログ http://ameblo.jp/aunyoga
Facebook　http://www.facebook.com/yoga.aun.cafe