

2023年 オンライン「ヨーガ禅会」



日本ヨーガ禅道院の教師によるヨーガ実習を**You Tube**で視聴いただけます（会費**無料**）。

2023年の1年間は、毎月第2・4日曜日に配信動画を更新し、次回配信までの期間(約2週間)は、最新の配信動画を何度でも視聴可能ですので、ご都合のよい時間や場所でヨーガをお楽しみいただけます。佐保田先生が説かれた「日頃のヨーガ」を実践する一助としてぜひご参加ください。

【ご参加方法】

「2023年オンラインヨーガ禅会 参加申込」として、メール、お電話、FAXにて、①氏名、②電話番号、③住所、④メールアドレスをご連絡ください。

配信日の数日前を目処に、ご視聴用のURLリンクをメールでお送りします（ご視聴用のURLリンクは毎回変わります）。

※いちどお申込まないと、2023年中は新しい動画の配信ごとに、自動的にご案内メールをお送りいたします。メールの配信停止を希望される場合は、日本ヨーガ禅道院までご連絡ください。

