タイ式ヨガ

太田宿
ルーシーダットン

仕事やストレスで
疲労がたまった身体を
リラックスさせて
本来あるべき状態へ戻そう！

ルーシーダットンとは？

ルーシーダットンは修行者が健康のために行っていた健康法です。
「ルーシー」…修行者、仙人・「ダッ」…ストレッチ、正しく整える・「トン」…自分「セン」と呼ばれる場所を動かすことで体のゆがみや気を整えます。

４月以降もルーシーダットンを開催します！

開催日 2025年▸▸4 /16(水)、5/21(水)、6/18(水)

時　間 第一部8：00～9：00
第二部10：00～11：00の計2回開催

場　所 太田宿中山道会館　糸遊庵（和室12畳）

料　金 1回1,100円(税込)　前日までにご予約をお願いいたします。

定　員 各回8名限定（但し最小催行人員5名、4名以下の場合は開催しません。）

講　師 タイ政府認定校ルーシーダットン
インストラクター　今井 貴美子

ご予約
お問合せ

太田宿中山道会館

〒505-0042　岐阜県美濃加茂市太田本町3-3-31
TEL：0574-23-2200　FAX：0574-23-2201