

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・「ダツ」…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。

開催日 2025年▶▶ 1/15(水)、2/19(水)、3/19(水)

時間 8:00~9:00

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 8名まで (但し最小催行人員5名、4名以下の場合には開催しません。)

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