

# 年末恒例五体投地 108 回

## スペシャルクラス

人間の煩惱の数を、仏教では 108 と数えます。  
この五体投地法を 108 回繰り返すことで、煩惱を  
浄化することができるかとされています。

☆今年 は 2 回 やります ☆

2016 年 12 月 25 日 ( 日 ) 10:00-12:00

2016 年 12 月 28 日 ( 水 ) 18:30-20:30



参加費 1,000 円 持ち物：ヨガマット、水

湘南シャイズヨガスタジオ 名古屋市中区上前津 1-12-28

TEL052-253-5515 MAIL [info@shounan-shyz.com](mailto:info@shounan-shyz.com)

HP <http://shounan-shyz.com>

※お申し込みは前日夜 19:00 までにお電話又はメールにて