

流れる智慧で繋がる クシャナの波紋



私たちクシャナヨガは、皆様のおかげで13周年を迎えることができました。毎年、クシャナが誕生したこの7月が、感謝に包まれる節目になっています。年々、その感謝の想いが拡く、深くなっていくのは、クシャナの会員様をはじめ、関わってくださる方々のヨガの輪が広がっていること、そして、より確かな繋がりを築けている証とっております。

Yoga Retreat Village, kSaNa 石垣島がある沖縄では、「13祝い」という慣わしがあります。数え年の13歳になる子の厄除けとお祝いをするというもの。昔は大人への節目として考えられていました。今では、「半分の成人式」として人々に親しまれています。

クシャナヨガも、13歳でやっと半人前。この13祝いは『智慧もうで』と呼ばれ、

智慧を神様から授かるためのものでもあります。私たち半人前のクシャナヨガですが、皆さまとより深く繋がれるため、皆さまにより多くのことを還元するため、日々学び、その得た全てを循環し、ともに共有していきたいと思っております。

今年は石垣島からのオンラインライブ配信でのWSとなります。

コロナ禍での新しい生活、クシャナもその変化とともに皆さまと歩み続けていきます。新たなる繋がりのカタチで、皆さまと結ぶその波紋が、より深く、拡くなりますように。

13th Anniversary

Om shanti

クシャナヨガ 長島千比呂

**SPECIAL
ONLINE WS**

instructor : Chihiro

7/17

10:00 - 11:15 Relax & Release

オンライン**無料配信**：全ての会員様

身も心も自由にスムーズに動く。呼吸の波にのり、流れるように動き始める。その自然の流れは、思考や感情さえも超えて私たちを包み込む。その体験はヨガの大きな恩恵の一つ。さあ、ヨガの心地の良い流れに身を任せる世界へ！

11:45 - 13:00 HATHA Flow

オンライン**無料配信**：ゴールド / マスター会員様以上

日常の中では気づけない緊張や強張りを、呼吸とともに緩め解いていきます。カラダが伸びて拡がっていく。自分の中の柔らかさに気がつく瞬間。最後の座法と呼吸法で、内側から感じる、ヨガの解放の体験が待っています！

**13分無料マッサージ券
プレゼント！**

7月中にマッサージをご利用下さった会員様全員に、13分無料の**マッサージ券（ヘッドマッサージ or ハンドマッサージ）**をプレゼント！（次回、ご利用頂けるチケットになります）

**インスタ フォロー & #ハッシュタグ
キャンペーンも実施中！**

フォロー後、**#クシャナヨガ** をつけて投稿いただくと、もれなく記念品をプレゼント！13周年のコメントもお待ちしております♪（記念品はなくなり次第終了となります）