

アロマ フルネス

ゆるっとすごそう

秋葉原にて開催

詳細は受付時にご案内いたします

2024

11/9

(土)

15:00~17:00

参加無料



いのちの
ほっとステーション
feel relived station of life

現代社会において、ストレスや疲労を感じている人が増えている中で、アロマセラピーとマインドフルネス（瞑想）を組み合わせることで、心身のリラックスと調和を促進します。

第1部

- ・自己紹介タイム
- ・『アロマフルネス』をやってみよう♪
- ・アロマを楽しみながらカードゲームetc...

第2部

- ・みんなのお悩み座談会

第1部のみの参加でもOKです！

←お申し込みはこちらからどうぞ！（Peatix）

<https://aroma-fulness-inochi-hotstation.peatix.com/>

