

# Sharing is Caring @ World Yoga Day



กิจกรรม “Sharing is Caring @ World Yoga Day”

วันอาทิตย์ที่ 22 กุมภาพันธ์ 2558 เวลา 11.00 – 13.00 น.

ณ Yoga & Me สาขา เดอะวอลล์ด เกษตร-นวมินทร์



โยคะเป็นการดูแลสุขภาพรูปแบบหนึ่งที่คนทั่วโลกให้ความสนใจ เพราะประโยชน์ที่เกิดขึ้นส่งผลดีทั้งร่างกายและจิตใจ ให้มีความสงบ เกิดสมาธิ ผ่อนคลายความตึงเครียด และเป็นการสร้างความสมดุลให้กับร่างกาย ถือเป็นดูแลสุขภาพที่ดีอีกวิธีหนึ่ง และเนื่องในวันที่ 22 กุมภาพันธ์ของทุกปีนี้ ซึ่งเป็นวันโยคะโลก (World Yoga Day) ทั่วโลกจะร่วมฝึกโยคะด้วยกัน **สตูดิโอ โยคะ แอนด์ มี (Yoga & Me)** โยคะสตูดิโอที่ได้รวบรวมทั้งศาสตร์และศิลป์แห่งโยคะ หลักสูตรอันหลากหลายและแปลกใหม่ ครูฝึกผู้เปี่ยมประสบการณ์ สถานที่อันเพียบพร้อม ตลอดไปจนถึงการดูแลเอาใจใส่ ในร่างกายและจิตใจของผู้ฝึกมาไว้อย่างครบถ้วน ได้จัดงาน “วันโยคะโลก” ภายใต้กิจกรรม

**“Sharing is Caring” ขึ้น ในวันอาทิตย์ที่ 22 กุมภาพันธ์ 2558 เวลา 11.00 – 13.00 น. ณ สตูดิโอ โยคะ แอนด์ มี สาขา เดอะวอลล์ด เกษตร-นวมินทร์**

โดยเชิญชวนผู้สนใจในศาสตร์แห่งโยคะ ร่วมกิจกรรมฝึกโยคะจากครูผู้มีความเชี่ยวชาญหลากหลายท่าน เป็นการฝึกแบบที่รวมครูโยคะที่ให้ความพิเศษของแต่ละการฝึกที่แตกต่างกัน พร้อมโยคะฟลายแบบที่ไม่เคยสัมผัสที่ไหนมาก่อน ที่เราจะร่วมฟลายไปพร้อมๆ กันแบบฝูงบิน ผู้สนใจสามารถสมัครร่วมกิจกรรม หรือสอบถามข้อมูลได้ที่เบอร์โทรศัพท์ 02-001-9577-9 ไม่ต้องเป็นสมาชิก ไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ขอแค่ใจ มาร่วมสนุกกัน และสามารถร่วมทำบุญให้กับมูลนิธิบ้านเด็กพิการซ้ำซ้อนได้ตามศรัทธา (โดยไม่หักค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น)