

2017 年瑜伽班招生通告

課程名稱	瑜伽進階班
日期	3/3 10/3 17/3 24/3 31/3 7/4 21/4 28/4 5/5 12/6
內容	本課程以【理論和實習】為主。修習瑜伽呼吸法、鬆弛、唱聲、姿式和瑜伽發展過程等。 效益：明白生命意義，創造生命價值，達致精神和諧更高層次。
時間	晚上 8:15 至 9:45 (星期五)
堂數	10 堂
名額	18 人
地點	善一堂中心八樓 - 綜合課室
參加資格	適合已完成基礎班或同等程度人士； 須持有善一堂會員咭或道親咭
報名方法	請致電善一堂中心 2336 3819 登記 (取錄結果請留意通告公佈)

截止報名日期：12/2/2017

善一堂中心 啟

二零一七年一月十一日