

キャンドル ワークショップ  
～世界で1つだけのオリジナルcandle作り～  
&  
薬膳茶＊椅子ヨガ＊アコースティックライブ

8月9日(木)13:30-15:30

定員：先着6名さま

参加費：4,000円(薬膳茶のお土産つき)

六本木シンフォニーサロン

グリーフ・カフェ Be-ing 主催



「キャンドル作り」

(13:30～14:30)

ボタニカルキャンドル…1個

お好きなドライフラワーをキャンドルに閉じこめてお作りいただきます。

手ごねキャンドル…3個くらい

お好きな色で、お好きな形へ、手の平の感覚もお楽しみください。



「薬膳茶」

(14:30～15:00)

ご自分だけのオリジナルキャンドルを眺めながら、からだにも、こころにも、とっても優しい薬膳茶をおめしあがりください。

お土産つきです(\*^-^\*)..:\*

「ゆっくり椅子ヨガ」

(15:00～15:20)

忙しい日々の中で、呼吸を意識し、深めてみるとココロとカラダが今より少し楽になるかもしれません^^

椅子に座ったままなので、服装は気にせず、行っていただけます。

