**運が良くなる！開運！**

**「おだわらめぐーるワークショップ」**

**レモンの香りサシェ作りと花気功（虎の手健康法）**

**レモン皮のサシェ(匂い袋)作りと虎の手健康法 五感を研ぎ澄まし 、全集中の呼吸！農薬使用を最小限にした、小田原産レモンのアロマを楽しみながら気功をしませんか！？**

　　　　

**開催日時** : **２０２２年** １１月１２日（土）10:３0～1１:５0、

　　　　　　　　　　　１２月２４日（土）10:３0～1１:５0

**２０２3年** １月１4日（土）10:３0～1１:５0、

　　　　 　　２月11日（土）10:３0～1１:５0、

**集合場所** : 小田原宿なりわい交流館２F（小田原市本町3-6-23）

**参加料（材料費）：1000円（税込・当日支払い）**

**定員：18人　※定員になり次第、締切り。※予約は開催日の１０：００まで。**

**お願い :** 参加者は開催当日10:３0までに集合、料金をお支払いください。

**ご注意：**補給用の水分をお持ちください。それ以外の飲食は禁止です。気功をしますので、動きやすい服装でお越しください。マスクの着用をお願いいたします。

**連絡先：**070-5543-6716（おだわられもんラボ林。SMもOK！留守電は伝言をください。）

**当日の流れ**

①はじめに（挨拶と団体の説明・これからの流れと注意 ）10:30～

②サシェ（匂い袋）作り【 匂い袋の効果、楽しみ方説明とご注意 】

③トイレ休憩　１０分

④サシェを首にかけ気功

⑤集合写真撮影・おわりに・解散　～1１:５0予定

共催：「小田原SDGs×ヨガ気功」**インスタグラム**

「おだわられもんラボ」サイト**インスタグラム**