

夏至 | 与夏同息



2026
世学
课程

华语瑜伽课程

课程行政资料

日期 : 13/6, 20/6, 4/7, 11/7, 18/7, 25/7, 1/8, 8/8/2026 (星期六)

时间 : 9.00 am – 10.15 am

地点 : 7楼禅堂

学费 : \$100 (会员) , \$140 (非会员)

指导老师 : 谢慧蒂

- ❖ 哈达瑜伽 - 美国瑜伽专业联盟200小时认证教师。
- ❖ 哈达流动瑜伽 - 英国瑜伽专业联盟200小时认证教师。
- ❖ Breathwork 和禅修指导。
- ❖ 从事禅法结合瑜伽的教学工作。

报名与询问 : 请拨电: **8720 9089** 或 li_ting70@yahoo.com.sg (联系慧蒂)

* 招收人数 5 至 25 人



Sagaramudra Buddhist Society 海印学佛会

办公时间 : 星期二至星期日: 上午10时至下午5时30分

Office Hours: Tuesday to Sunday : 10.00 am – 5.30 pm

5 Lorong 29 Geylang Singapore 388060 **Tel: 6746 7582** www.sagaramudra.org.sg