

2024
12/13
(FRI)
①18:00-20:30

2024
12/14
(SAT)
②11:00-13:30
③15:00-17:30

今後の予定
2025
2/7(金)-8(土)
5/16(金)-17(土)
9/19(金)-20(土)
12/12(金)-13(土)

癒しの茶会

茶の湯とローフード
マインドフルネスゆるりリトリート

気持ちの整う茶室とダイニングで
体や心に溜めたものを放ちませんか？
ローフードとお茶のペアリングが
楽しめるイベント、ご予約受付中！

参加費 11,000円(税込)



茶の湯ヒーリング協会
代表 渡邊 かおり



ローフードマイスター
都田恵理子

本格茶席体験



季節ごとの楽しみが詰まった茶席で別格のくつろぎを体験。現代の暮らしにフィットする道具にふれ、美しい所作やマインドフルネスの魅力を発揮し続ける茶道と健康のつながりを読み解きます。

ワンプレート付き



ローフードは、注目のプラントベース（植物性）の健康料理。野菜や発酵を用いたオリジナルメニューをお召し上がりいただけます。ティーペアリングとのコラボをお楽しみ下さい。

ミニワークショップ



初心者にも簡単でわかりやすいローフードをレクチャー。体に環境にも優しいサステナブルな一面や外食の増える師走にぴったりな“冬太り解消レシピ”を1品をご紹介します。（60分程度）

持ち物：エプロン、ハンドタオル、筆記用具

画像はイメージです



TEA HEALING ASSOCIATION

〒165-0005 東京都新宿区愛住町16番地
www.chanoyuhealing.com

お申し込みは
こちらから



Google MAP