

ココロが穏やかに。カラダが健やかに。
Yakuzen retreat® for peace of mind

白茶・黄茶・青茶・緑茶・紅茶・黒茶

中国茶は、香り、水色、味。そして、優雅なお作法。
お茶の準備から、お茶をいただくまでの時間が、
瞑想になる。

中国茶で、ココロとカラダをととのえる瞑想茶会

中医師・薬膳料理家でもある小池美枝は、お茶に魅了され、自らのブランド「Yakuzen retreat®」のオリジナルウェルネスティを開発し、国際茶道師となつて、中医の知識を組み合わせ茶人としても活動しています。軽井沢の自然豊かな場所で、毎月二十四節気にあわせた古樹茶、珍しい効能のあるお茶と、食べて元気になる薬膳スイーツをあわせて楽しむお茶の時間「瞑想茶会」にいらっしやいませんか？



6月 古樹茶プーアール×世界年間5キロだけの収穫量の珍しい菊花

7月 白茶産地別飲み比べ

8月 カラダを冷まし、眠りにつける緑茶・黄茶

9月 香りを楽しむ古樹紅茶 飲み比べ

10月 カラダをあたためて、巡りを良くする古樹黒茶。熟茶と生茶

レッスンフィー 1回 5,000円（別途茶材費 1,000円）

定員15名（最低催行人数6名）当日は、お茶の販売もございます。

各回前日よりキャンセルフィーが100%かかります。

開催日時：6/27（金）7/24（木）8/22（金）9/26（金）10/24（金）13：30-15：30

場所：レイクガーデンマナーハウス2階 ガーデンカルチャークラブ

駐車場につきましては、レイクガーデンの駐車場をご利用ください

お問い合わせ、ご予約先

主催 株式会社アール・ド・ヴィーヴル 小池 美枝

mie.koike@artdevivre.tokyo または、090-4844-1037

<https://www.artdevivre.tokyo/>

