

2024년 5월 레인보우힐링센터 '어린이 명상프로그램' 시간표

날짜	인원	시간	프로그램(활용도구)	장소	비고
5월 5일(토)	어린이(12명)	14:00 ~ 16:00	감사의 5월(카네이션 만들기)	다목적실	일 2회
		15:30 ~ 16:30	감사의 5월(카네이션 만들기)	다목적실	
5월 6일(일)	어린이(12명)	14:00 ~ 16:00	감사의 5월(카네이션 만들기)	다목적실	일 2회
		15:30 ~ 16:30	감사의 5월(카네이션 만들기)	다목적실	
5월 11일(토)	어린이(12명)	14:00 ~ 15:00	바람명상(바람개비만들기)	옥상정원	
5월 12일(일)	어린이(12명)	14:00 ~ 15:00	마음 털어버리기(신문지/마스킹테이프)	다목적실	
5월 18일(토)	어린이(12명)	14:00 ~ 15:00	순발력기르기(색깔판)	다목적실	
5월 19일(일)	어린이(12명)	14:00 ~ 15:00	손으로 폼지락 폼지락(양말목)	다목적실	
5월 25일(토)	어린이(12명)	14:00 ~ 15:00	중력느끼기(짐볼)	다목적실	
5월 26일(일)	어린이(12명)	14:00 ~ 15:00	집중력강화명상(젠가)	다목적실	.

※ 본 프로그램은 레인보우 힐링센터 입장객을 대상으로 선착순 무료로 진행되며, 프로그램 활용 도구들은 모두 힐링센터에서 준비합니다. 상황에 따라 프로그램 내용은 달라질 수 있습니다.

2024년 5월 레인보우힐링센터

‘성인 명상프로그램’ 시간표

날짜	인원	시간	프로그램(활용도구)	장소	비고
5월 5일(토)	성인(10명)	14:00 ~ 16:00	감사의 5월(카네이션 만들기)	다목적실	일 2회
		15:30 ~ 16:30	와인명상(레드 드라이)	힐링정원	
5월 6일(일)	성인(10명)	14:00 ~ 16:00	감사의 5월(카네이션 만들기)	다목적실	일 2회
		15:30 ~ 16:30	와인명상(레드 드라이)	힐링정원	
5월 11일(토)	성인(10명)	14:00 ~ 15:00	먹기명상(꽃감)	옥상정원	
5월 12일(일)	성인(10명)	14:00 ~ 15:00	와인명상(레드 드라이)	다목적실	
5월 18일(토)	성인(10명)	14:00 ~ 15:00	와인명상(레드 드라이)	다목적실	
5월 19일(일)	성인(10명)	14:00 ~ 15:00	먹기명상(꽃감)	다목적실	
5월 25일(토)	성인(10명)	14:00 ~ 15:00	먹기명상(꽃감)	다목적실	
5월 26일(일)	성인(10명)	14:00 ~ 15:00	와인명상(레드 드라이)	다목적실	.

※ 본 프로그램은 레인보우 힐링센터 입장객을 대상으로 선착순 무료로 진행되며, 프로그램 활용 도구들은 모두 힐링센터에서 준비합니다. 상황에 따라 프로그램 내용은 달라질 수 있습니다.