



# 2025年 樂活瑜伽主題工作坊



\*價格 : RM1300 參加一場 (一個人頭)

\*報名聯絡 : 匯芝 012-6742964

\*以下是2025年工作坊行程表, 樂活保有變動的彈性, 一切以海報推出為準, 我們在瑜伽墊上見

## 2 手倒立基礎工作坊

SOLD OUT

1-5pm

22/03 ——— 23/03  
六 日

開放報名 : 28/2/2025 (五)

截止報名 : 14/3/2025 (五)

參加條件:

至少三個月瑜伽經驗,  
需錄製平板式30秒視頻, 會再通知  
是否能參加。

## 3 手臂平衡+頭倒立工作坊(適合所有人)

SOLD OUT

1-5pm

12/04 ——— 13/04  
六 日

開放報名 : 21/3/2025 (五)

截止報名 : 4/4/2025 (五)



## 4 手倒立進階工作坊

SOLD OUT

1-5pm

26/04 ——— 27/04  
六 日

開放報名 : 28/3/2025 (五)

截止報名 : 18/4/2025 (五)

參加條件:

至少三個月瑜伽經驗, 需錄製  
靠牆/無支撐手倒立30秒視頻,  
會再通知是否能參加。



## 5 手臂平衡&後彎工作坊(台灣) (適合所有人)

SOLD OUT

9-12pm & 2-5pm

31/05 ——— 01/06  
六 日

開放報名 : 01/3/2025 (六)

截止報名 : 23/5/2025 (五)



## 6 後彎進階工作坊

1-5pm

28/06 ——— 29/06  
六 日

開放報名 : 30/5/2025 (五)

截止報名 : 13/6/2025 (五)

參加條件:

需錄製進入輪式(Wheel Pose)  
15秒短視頻, 會再通知是否能參加。



## 7 前屈與扭轉工作坊(適合所有人)

1-5pm

12/07 ——— 13/07  
六 日

開放報名 : 20/6/2025 (五)

截止報名 : 4/7/2025 (五)



## 8 開髖與站立平衡工作坊(適合所有人)

1-5pm

09/08 ——— 10/08  
六 日

開放報名 : 18/7/2025 (五)

截止報名 : 1/8/2025 (五)



## 9 手臂平衡&後彎工作坊(香港) (適合所有人)

9-12pm & 2-5pm

16/08 ——— 17/08  
六 日

開放報名 : 10/5/2025 (六)

截止報名 : 30/7/2025 (三)