



Sunset YOGA

～ 海 × 夕日 × ヨガ ～

日常を忘れて、自分自身へご褒美時間。

日々の慌ただしさから少し離れて、海に沈む夕日を眺めながら、ゆっくり心とカラダを整える時間を過ごしませんか。心地よい海の風と波の音を感じ、夕風に包まれる特別な空間で1日の疲れをやさしく解きほぐします。

ヨガ初心者の方でも大歓迎。夕暮れの美しさに癒されながら、自分のペースでゆったりとした時間をお楽しみください。

10.10 (sat)
17:00 - 18:00 (16:30受付)

詳細

- | | |
|-----|--|
| 主催 | ハートリンク水俣 |
| 協力 | 熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ |
| 定員 | 30名程度 |
| 場所 | エコパーク水俣 親水護岸 |
| 参加費 | 800円（当日徴収現金のみ） |
| 対象 | 18歳以上 |
| 持ち物 | 運動できる服装、タオル、飲み物
※気温が下がることもあります。羽織れるものをご持参ください |
| その他 | ▶雨天の場合は中止とします。エコパーク水俣SNSにてご連絡します
▶ヨガマットはこちらで準備します |
| お申込 | 二次元バーコードを読み込んでいただき、申込み下さい▶▶▶
申込締め切：10月8日（木） |



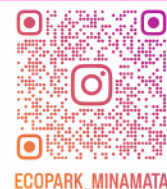
講師紹介

本田 恵津子先生

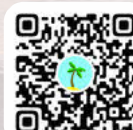
AFAA YOGA認定
インストラクター

水俣市在住。
市内を中心に「心と体を整える
ヨガ」講師として活動中
趣味はトライアスロン。

エコパーク水俣 SNS



ECOPARK_MINAMATA



【問い合わせ】 熊本県スポーツ振興事業団 企画推進課

☎ 096-389-5481（平日 9:00 - 17:00）

