

ふる浜 BEACH ヨガ

屋外で風や太陽を感じながら、心も身体もリセット出来る「ビーチヨガ」

真っ白な砂のビーチバレーコートでの「モーニングビーチヨガ」と
海を前に面したビーチで日暮れ時に実施する「サンセットビーチヨガ」、
2パターンの無料体験会を実施します！

Morning BEACH YOGA

7/25(水)、8/21(火)、9/18(火)
9:30~10:30

会場 大森東水辺スポーツ広場
ビーチバレー場

参加費 無料

Sunset BEACH YOGA

5/19(土)、6/9(土)、10/6(土)
※5月と6月は17:00~18:00
10月は16:00~17:00

会場 大森ふるさとの浜辺公園
ビーチエリア

参加費 無料

1ドリンク&スナック付きの
アフターパーティーを開催します

参加費 1,000円

@ふる浜レストハウス

2018年度は
トライアルで
無料で参加頂けます

実施概要

場所：大森ふるさとの浜辺公園
(住所：大田区ふるさとの浜辺公園1番1号)

申込方法：電話または裏面申込書をFAX

締切：各開催日の5日前まで

参加対象：どなたでもOK

主催：大田区

協力：一般社団法人 日本SUPヨガ協会

服装：運動のできる格好

※ヨガマットは無償貸出し、但し数に限りがあります

講師 (日本SUPヨガ協会公認インストラクター)



酒井孝子
(Tacco/タッコ)



二本木唯
(Yui/ユイ)



佐々木美和
(Miwa/ミワ)