

清水寺 YOGA

2025

10.04 SAT

10:00 - 11:00



ヨガ in 清水寺

日時 / 2025年10月4日 [土]

場所 / あららぎの庄

定員 / 10名



- 参加費：無料
- 参加資格：年齢、性別問わず、どなたでも参加可能です。
- 持ち物：ヨガマット（お持ちの方）・タオル・水分補給用の飲み物・着替え等
- 集合：あららぎの庄へ9：50までにお集まりください。トレセンからの送迎も可能です。お気軽にお問い合わせください。

ホームページ参加エントリーフォーム
【事前エントリーが必要です】

コチラよりお申し込みください

申込期間 2025.08/20～09/30
※定員に達し次第紙締め切り



講師

ヨガインストラクター

小松 早苗

塩尻と岡谷でヨガの講師をしています。体力の衰えや老いていく身体が怖くなりヨガを始めました。今ではインドの先生の元、本物のヨガを学んでいます。健康な身体、健康な心で過ごせ、本当の笑顔に出会える。そんなヨガをお届けしたいと思っています。

