

朝

Yoga

ヨガ

10月9日(月・祝)

11月11日(土)

書写山ロープウェイ
山上展望デッキ

ミオロツソ書写

10月9日(月・祝)

インストラクター **山根美穂**

APAA/PC認定 AFAA FDEC米認定

ヨガ指導歴118年

11月11日(土)

インストラクター **saya**

全米ヨガアライアンスRYT200

国際ウエルネス協会認定

ヨガが初めての方でも、素敵な景色と新鮮な空気を感じながら、心地よく体を動かす楽しさを感じるレッスンを行います。
Tシャツ、ジャージなどの動きやすい服装でご参加ください。
バスタオル、汗拭きタオルなどご持参ください。

参加会費：おひとり 3,000円

ロープウェイ往復乗車料、ヨガマットレンタル料込
雨天時は中止になります。

案内	各日 ①8:30~9:30 / ②9:30~10:30 2回開催、各回定員20名
	書写山ロープウェイ書写駅事務所前に、8:10(1回目)、9:10(2回目)集合
	受付後、ロープウェイで山上へ「ミオロツソ書写」で8:40~・9:40~ 約50分間のヨガ教室 ヨガ終了後、お好きな時間に下山、圓教寺への散策などご自由にお楽しみください。

お電話にてお申込みください。*9月1日(金)/10月1日(日)より先着受付(9:00~17:00)いたします。

書写山ロープウェイ TEL: 079-266-2006