草庵ヨガ in 明星草庵

インストラクター　清家　圭子

↑
明星草庵の場所

YOGA
CLEAN & NATURAL
REFRESH
せいけ

10/31(土)

10:00－11:30

・10:00－11:00　ヨガ
・11:00－11:30　お茶会
　囲炉裏でお抹茶と茶菓子

心地よい風を感じながらのヨガ体験はいかがですか？
明星草庵は、茅葺屋根の趣のある古民家です。自然に囲まれた静かな場所で、心と体をリフレッシュさせるひとときをお楽しみいただけます。忙しい日常を忘れ、心地よいリラクゼーションを堪能してください。
初心者から経験者まで、どなたでも歓迎いたしますので、ぜひお気軽にお越しください。

参加費：無料

持参物：ヨガマット
※貸出も可能です。

体験のお申込
はこちらから→

主催：鬼北町教育委員会　担当：地域おこし協力隊　井谷（いたに）　☎0895-44-2211　←お電話でも受け付けています。
会場：鬼北町下鍵山435 明星ヶ丘 明星草庵（無料駐車場有）