

温泉リトリート

あわらヨーガデー

温泉の癒し効果と、五感へのアプローチで免疫力UP

開催日：2022年6月18日(土) 9:30受付開始
10:00～20:10

会場 あわら温泉清風荘 〒910-4198 福井県あわら市温泉3丁目 803

参加料金 1日フリーパス券3,500円 ※あわら温泉入浴券付き

各回(①～⑤)ワンレッスン1,500円 ※あわら温泉入浴券付き

①【午前の部】10:00～12:00

インドのカイヴァルヤダーマ・ヨーガ研究所との
コラボセッション(インドと中継)

メイン講師：ニーラジ・シン (カイヴァルヤダーマ・ヨーガ研究所)

逐次通訳：齊藤素子 (ヨーガ&ウェルネスチャンドラ)

【午後の部】13:30～16:15

②13:30～14:15 はじめてのヨーガ (柳田智子)

③14:30～15:15 首、肩スッキリヨーガ (富田理衣)

④15:30～16:15 下半身スッキリヨーガ (北ゆかり)

協力：ヨガスタジオ柳田

⑤【夜の部】19:00～20:10

*シンギングボウル演奏 (yurayurayuko)

*Nightヨーガ (奥本怜子)

※あわら温泉女将の会加盟旅館に宿泊すると、
『女将オリジナルドーシャ診断シート』プレゼント!

参加申込はこちらより
QRコードを読み取りください。



主催：(一社)あわら市観光協会 TEL0776-78-6767 (平日8:30～17:00)

共催：あわら温泉女将の会 後援：福井新聞社/FBC/福井テレビ/あわら市

