



# ヨガムドラ

おうちでできる  
in 扇ヶ浜海水浴場



じぶんたちのまちを

じぶんたちでキレイにする



をひろげよう!!

2018年6月17日 日曜日

朝 8時から 夕方 6時まで

参加費は 無料です

持ちもの レジャーシート

おはよ!



朝 8時から

こいみひろい 夕方

夕方 6時まで



またね

どの時間 どなたでも OK です。

かみいづのヨガムドラ

午前 9時

11時

午後 2時

4時

好きなときに

どうぞ



扇ヶ浜ヨガムドラ

午前 10時

午後 3時

5時

えー、ヨガムドラなにをするん? あがらんわー... と思ってるひとだらけです!  
からだのなかのちよとがすんどうところをおこしてあげて  
まいにちげんきに走ったり遊んだりできるからだにしませんか?  
みんながたのしくじかんをすごしましょう。お待ちしております。

ヨガをギフトする。ヨガでつながる。ヨガのある人生。

Yoga  
Mudra  
GLOBAL CHALLENGE  
INTERNATIONAL YOGA DAY  
WAKAYAMA  
tanabe


ヨガムドラ和歌山たなべは  
ビーチクリーン活動に貢献しています  
自分のために 誰かのために 地球のために  
ヨガを楽しむために [yogamudra.jp](http://yogamudra.jp)

国際ヨガの日 ヨガイベント 入場無料・予約不要(当日参加OK)

ヨガムドラ2018

6/17 SUN in 扇ヶ浜Beach

主催 ヨガムドラ和歌山たなべ実行委員会

協賛 Solo  / 医療法人榎本産婦人科 / (有)大都環境サービス / タナベスポーツラザ

タマキ電器 / ほぐし処掌 / ホテルハーヴェスト南紀白浜 / リカーショップスナノ / ヨガハウスルマサヤ

後援 田辺市教育委員会 / 田辺市 / 田辺市観光協会 / (株)紀伊民報 / FM TANABE(株)

(株)和歌山放送 / (株)ジョンスピークス

YOGA MUDRA WAKAYAMA TANABE

ヨガムドラ和歌山たなべ



無料クラス スケジュール

ビーチヨガ

10:00~

岩橋 理恵 (ヨガハウスルマサヤ)

15:00~

吉井 裕恵 (クリパルヨガ)

17:00~

mio (mio YOGA)

13:00~13:30

「ヨガと瞑想から  
考えるギフトエコノミー」

(株)ジョンスピークス代表  
OYGスタイラー-吉田香代子先生

カップークヨガ

9:00~

橋本 敬太 (NICO YOGA)

11:00~

西谷 安代 (YogaArboR)

13:00~13:30

香代子先生スピーチ  
(株)ジョンスピークス

14:00~

日尾 一代 (ルーシーダットン)

16:00~

トキワ (縁 en)

8:00~18:00

ビーチクリーン活動

ゴミひろい いつでもOK!!

※持ち物：ヨガマットまたはレジャーシートかバスタオル、動きやすい服装、水分等

※雨天中止ですが、各クラス開始時間に雨が降っていなければヨガ・ビーチクリーンともに開催します。

プレ開催

あさ7:00~8:00 ビーチヨガ (インストラクター-KYOKO)

5/26 SAT

※ヨガドネーション制  
あさ8:00~8:30 カルマヨガ (ビーチクリーン活動)

【問合せ先】

Facebook▶

電話 : 0739-20-1498 (榎本)

Eメール : [y.wakayamat@gmail.com](mailto:y.wakayamat@gmail.com)

