

朝ヨガIN清水町 富士山と狩野川を 感じる朝ヨガ

参加無料
どなたでも!

カラダが硬くても
大丈夫♪



11月8日(日)
AM8:30~9:15

清水町狩野川ふれあい広場

(清水町徳倉狩野川河川敷 芝生広場)

おまたせしました! 2026年も 朝の心地良さとともにヨガしましょう!

寒くなる前に調え習慣! 老若男女みんなで富士山と狩野川に癒されましょう。

担当
ヨガ講師



滝田奈美



カズコ



野中由美

【注意事項】予約不要。動きやすい服装で、お時間までにふれあい広場へお越しください。

参加される方にはアンケートへのご協力をお願いいたします。また、同協会及び各講師・メディア・町による撮影をご承諾下さい。SNS・HP・YouTubeに掲載する場合がありますので、ご了承の上ご参加ください。駐車場はふれあい広場駐車場をご利用いただけますが、公共交通機関や自転車の利用もご検討ください。持ち物は、ヨガマットまたはバスタオル、タオル、日焼け止め・帽子やサングラスなど(紫外線対策)、虫よけ(虫刺され対策)、水分補給の飲料、上着やブランケット(冷え対策)、ゴミ袋(ゴミは各自持ち帰り)。ヨガマットが汚れる場合があります。レジャーシートを下に敷くと防げますが芝生や朝露にて滑りにご注意ください。芝生のため 枯草や石など足元に十分お気をつけください。戸外(河川敷)での開催となるため、お子様の参加は保護者の責任でお願いいたします。体調管理を徹底し、無理のない範囲でご参加ください。体調不良・怪我・虫刺されには十分注意してください。その他、事故や病気については、自己責任となりますのでご了承ください。簡易マイクを使用します。鳥のさえずりや川の流れなど、自然の音を楽しみながら行います。聞き取りづらい場合は、講師の近くへ移動していただくなど、ご協力をお願いいたします。レッスン中はスマホは電源をオフ、また音がならないようご協力いただき使用はお控え下さい。貴重品は自身で管理下さい。ペット同伴不可。※雨天中止。前日17時の天気予報で雨又は小雨の場合、中止となります。ご確認の場合は すこやかヨガ協会公式HPもしくは主宰 野中由美 SNS(Instagram・フェイスブック)をご覧ください。

お問い合わせ・詳細はメールまたはHPにて



info@yogasoma.net

👉 ホームページは

こちらから

主催 すこやかヨガ協会 野中

共催 清水町健幸づくり課

