

たきがしら湿原

ブナ森でヨガ&ハンモック体験会



お弁当と
温泉付き
だよ♪

令和5年5月28日(日)

集合場所:たきがしら湿原

受付開始時間:9:00(15時解散予定)

小雨決行



募集定員
20名 要予約

持ち物:水筒、間食、靴(履き慣れた物)、雨具(傘)、帽子、手袋、敷物、その他

参加費:お一人様 2,000円(会員)、一般3,000円 (昼食、入浴料、ガイド料、ヨガ体験料、野外保険など)



【講師紹介】

渡部通 (わたなべ とおる) 森林セラピスト(NPO森林セラピーソサエティ認定ガイド)
『森林セラピスト(森林健康指導士)』は、森林セラピーを通して心とからだの健康を維持・増進していくための補助・助言をします。
森の中に身を置き、森林の香気を浴びながら心身のリラクゼーションを高めてはいかがでしょうかでしょう。



【講師紹介】

中俣美陽(なかまた みはる)
『ヨガインストラクター』
忙しい日常ではなかなか気が付かない自分の声と向き合うことができる”ヨガ”
阿賀町のパワースポットのような大自然の中で、五感を研ぎ澄まし、身体全体で自然を感じることで心と体が解放され、日常では味わうことのできない感覚を味わってみませんか!

主催:阿賀町自然セラピーの会 後援:阿賀町

★お申込・問合せ 090-4729-7243(事務局)

申込締切:5月25日 ただし、定員になり次第締切ます