

せば、YOGA! フェスタ2022

6.11 (Sat) 12:30-16:30

テーマは『わたしたちの選択』。
自分にご機嫌であり続けるためのヒントがギュッと詰まっています！
"いまここ"で私が私らしくあるためには？自分の足で探しに行こう。

モデル/ヨガ講師の野沢和香さんが秋田に！

ヨガは体だけでなく心も元気になる素晴らしいものです！
毎日をより元気にハッピーに過ごしていただけるヨガの魅力をギュッと詰め込んだような時間を皆さんに体験していただけたらいいなと思っています。是非一緒にヨガしましょう！

トークショーもあるよ★



【会場】アルヴェきらめき広場@秋田駅東口

∞PLAN∞

【対象】どなたでもOK！
初心者も男性も大歓迎！

【定員】各部40名
【参加費】無料！

【お申し込み】QRコードにアクセスし、
必要事項を記入の上、送信ください。

◆初心者大歓迎！

◆レンタルマット有り！ (数に限りがあります)

◆託児サービス無料！先着順！

(12時~16時※2時間無料、2時間以上の場合は1時間毎2000円自己負担となります。)

【お申し込みはこちら】



人気YOGAウェア『tejas』
も秋田にやってくる!!

【一部】

1 はじめてのヨガ
12:30-13:15 Kotoe



2 親子でヨガ仲よしハグハグヨガ
13:25-13:55 Ryoko



【二部】

★スペシャルゲスト★
3 野沢和香さん
14:10-14:55



4 Myチューニングフローヨガ
15:00-15:30 Itsumi



5 触れて感じる癒しの
ヨーガセラピー
15:30-15:50 Naoko



【Special Time】

6 トークショー 16:00-16:30
野沢和香さんへQ&Aも！ 私たちから秘密の発表も★

∞出店ブース∞

暮らしにちょっとしたスパイスをくれる癒しのアイテムたちのご紹介♡

- ① 【ハーブティー】 YOGAティーお披露目！
Herbal Cafe PRANA@秋田市
- ② 【近日OPEN予定の先取り！スイーツ】
メッスナー@大館

- ③ 【地熱ドライフルーツ/お惣菜】
旅するminja@湯沢
- ④ 【手作りアロマオイル】
杉宮精香堂@羽後町

- ⑤ 【心躍る キャンドル】
Noah Candle@秋田市
- ⑥ 【ズボラでもできる！癒しの苔テラリウム】
It's a Small World@神出鬼没

【お問合せ】秋田市企画財政部 人口減少・移住定住対策課
秋田市地域おこし協力隊 重久

【後援】全日本ヨガ連盟



Search.... 秋田市 いいわ

Tel : 018-888-5487 MAIL: ro-plpo@city.akita.lg.jp

*新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願い致します。