

ヨガ教室



平成 30 年 11 月 10 日 (土)

せんなん里海公園が主催するイベント
「ヨガ教室」をはじめて開催しました。

ヨガインストラクターの浅羽三千歳(あさばみちとせ)先生の指導のもと、ヨガの呼吸法と笑いの体操を合わせた「笑いヨガ(〇〇)」を体験!初めての方も無理なくこなせ、少し強めに吹いていた潮風も心地よく、心も身体も癒やされました。芝生の上で、ゴロンっとなって秋晴れの空を仰ぎながら、公園の中でヨガ!! 芝生の上で潮風を感じながらのヨガは最高でした(〇〇)♪



ホーム
ページ
QR
コード

せんなん里海公園管理事務所
TEL (072-494-2626) /FAX (072-494-2688)



せんなん里海公園
Sennan Satoumi Park, OSAKA

管理事務所