

10月10日(土)

女性限定

秋空ヨガ in ベイサイド

1人2レッスンまで
お申込みOK!

ヨガ入門レッスン
新登場!

ヨガマット
持参不要

自然光を浴びながら、
新鮮な空気を全身で感じよう



参加者の声

参加者の99.1%が「また参加したい」と回答

開放感のある空間で
ヨガすることができて、
リフレッシュに
なりました。
(20代)

有名な方のヨガを
受けられたので
大変満足です。
(30代)

どんなポーズなのか
直接見られたのが
安心できた。
同じくらいの世代の
方々がいて嬉しかった。
(40代)

ヨガをやる前と後で
体の軽さ、動かしやすさが
変わったのを
体感できました。
(50代)

開催地

ブリリアランニングスタジアム
(有明アーバンスポーツパーク)



ゆりかもめ「有明テニスの森」駅から徒歩3分、りんかい線「国際展示場」駅から徒歩14分

ゲストインストラクター



野沢 和香

モデル/ヨガインストラクター

2007年ヨガ国際ライセンス
「RYT200」を取得。
ヨガの指導やイベント出演、
メディアを通じて心と身体を
整える大切さを伝え、多くの
女性から支持を集めている。

インストラクター



にこまお



西林 さき



恒見 愛里



三和 由香利

プログラム

1日を元気に過ごせるモーニングヨガ

インストラクター にこまお 10:00~10:45

姿勢改善を目指すやさしいヨガ

インストラクター 西林 さき 11:15~12:00

【ヨガ入門】はじめてのヨガレッスン

インストラクター 恒見 愛里 12:30~13:15

小学生以下の
お子様連れOK!

ゲストスペシャルレッスン

インストラクター 野沢 和香 13:45~14:30

ヨガワールドチャンピオンによるヨガ

インストラクター 三和 由香利 15:00~15:45

※イベントの実施内容については変更になる場合がございます。



秋空ヨガ in ベイサイド

女性限定

開催日
10/10

募集人数
各100名

大好評のヨガイベントを、解放感のあるスタジアム内にて開催します。美しいアーチ状の天井から差し込む秋空の自然光を浴びながら、新鮮な空気と心地よさを全身で感じ、自分の身体や心と向き合しましょう。



開催地

ブリリアランニングスタジアム (有明アーバンスポーツパーク)

ゆりかもめ「有明テニスの森」駅から徒歩3分、
りんかい線「国際展示場」駅から徒歩14分



ヨガマット持参不要!
1人 2レッスンまでお申込みOK!

プログラム

1日を元気に過ごせるモーニングヨガ

インストラクター

にこまお

10:00 - 10:45

姿勢改善を目指すやさしいヨガ

インストラクター

西林さき

11:15 - 12:00

小学生以下のお子様連れOK!

【ヨガ入門】はじめてのヨガレッスン

インストラクター

恒見愛里

12:30 - 13:15

ゲストスペシャルレッスン

ゲストインストラクター

野沢和香

13:45 - 14:30

ヨガワールドチャンピオンによるヨガ

インストラクター

三和由香利

15:00 - 15:45

ゲストインストラクター



野沢 和香

モデル/ヨガインストラクター

2007年ヨガ国際ライセンス「RYT200」を取得。
ヨガの指導やイベント出演、メディアを通じて心と身体を整える大切さを伝え、多くの女性から支持を集めている。



インストラクター



にこまお

RYT200、フードコーディネーター、食育インストラクター、フィギュアスケート7級 etc...



西林 さき

全米ヨガアライアンスRYT200、トラウマアプローチヨガ、リストラティブヨガ etc...



恒見 愛里

CALOD・INSPAヨガインストラクター養成認定、ムーンサイクルヨガ指導者 etc...



三和 由香利

ヨガ世界大会ワールドチャンピオン、ネパタ州立大学公認ピラティス指導者ライセンス etc...