



Yoga × forest therapy

# ヨガ体験 × 森林セラピー

心と体を整える1日

5月24日(日) 9:50~12:30

忙しい日常から離れ、自然の中でヨガと森林浴を体験し、  
ゆったりとした時間を過ごしませんか♪

清澄なひととき  
いかがですか？



ヨガ講師：MAKI

・久留米みづま ヨガスタジオプラサ主宰

【活動場所】

柳病院メディカルフィットネス イースト、サザンクス筑後、  
JSSスイミングスクールちくご、大木町天然温泉アクアス、  
他スポーツクラブ、公民館など

ご自分に合った動きができるように指導しています。

**場所** グリーンピア八女フットサル場

参加いただいた方には+300円でグリーンピア八女の  
温泉券付き♪ (温泉入浴料通常料金：600円)

**料金** 2,000 円 (保険料込、軽食付き)

**持ち物** ヨガマットまたはバスタオル1枚、  
タオル2枚、飲み物

**定員** 先着30名

**申込締切** 5月15日 (金) 17時まで

※動きやすい服装・靴でご参加ください。



主催：八女市森の案内人の会  
(八女市黒木支所地域振興係)

📞 0943-42-1112



▲市HP



▲申込フォーム

イベントの  
詳細や  
お申込みは  
こちら