



白良浜で

2023

ビーチヨガ体験

初心者の方、ご高齢の方も無理なく参加できるプログラムです。

4月 9日 23日 9月 10日 24日
5月 14日 28日 10月 1日 15日
6月 11日 25日
すべて日曜日です

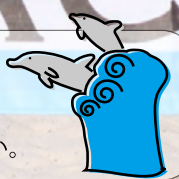
参加費 お一人様 **1,000**円 (税込)

- 10歳以上の方が対象となります。
 - ご宿泊の施設を通じてお申し込みください。
 - 参加費は宿泊施設にお支払いください。
Please book at your staying the hotel.
- 加盟施設以外にご宿泊の方、地元の方もご参加いただけます。
白良温泉旅館協同組合までお問い合わせください。

SHIRARAHAMA SINCE 2013 BEACH YOGA

開催時間 朝 7 時～8 時

開始 10 分前に白良浜のイルカシャワー前にお越しください。



白良浜は 2000 年 7 月 20 日ハワイ・ホノルルワイキキビーチと友好姉妹浜となり、世界最大の旅行口コミサイトトリップアドバイザーにて Traveler's choice 2019 国内人気ビーチトップ10でランキング4 位に選ばれました。

お持ちいただくもの

ヨガマットをご用意しています。
日除けのタオル、帽子、サングラス、
水分補給のお水などは各自お持ちください。

講師 小竹 京子

2013 年 マタニティヨーガ指導者養成コース修了
2014 年 IYC ハタヨーガ指導者養成コース修了
2017 年 南インド・2018 年ベトナムの Sivananda Yoga Ashram にて長期滞在しヨーガを学ぶ
2021 年 アーユルヴェーダ セルフケアアドヴァイザー初級認定コース修了
2023 年 Sivananda Yoga TTC 修了
国内外で勉強を続けながら自身のヨーガを深め、和歌山県内にて活動中。

※日の出時刻により時間変更や気象条件により中止となる場合があります また予告なく講師の変更がある場合があります。



しらほまみ
コンシェルジュ

fb.me/shirahamanagomi



白良温泉旅館協同組合

TEL. **0739-42-2215** FAX. 0739-42-3059

〒649-2211 和歌山県西牟婁郡白浜町 1650-1

<http://www.shirahama-ryokan.jp>

※しらほまみコンシェルジュ：白良温泉旅館協同組合加盟の宿泊施設のスタッフが集まって和歌山でたくさんの思い出を作ってくださいませようお手伝いをしています