



講師： 田中友紀 さん
IYCヨガインストラクター
健康運動実践指導者
瀬戸田町在住



2024 体をととのえよう 「ビーチヨガ」

場所：瀬戸田サンセットビーチ砂浜
尾道市瀬戸田町垂水1506-15

○参加費；1人1回1,000円

(初めての参加の方は500円)

※瀬戸田の参加店で使用できる500円の尾道海属券を差し上げます。

○申込フォーム又は電話でお申し込みください。

○目印は「尾道海属」のぼり旗！

開催日・開始時刻

6/23 (日) 7:00、7/28 (日) 7:00、8/4 (日) 7:00、8/25 (日) 7:00
9/29 (日) 8:00、10/27 (日) 9:00、11/24 (日) 10:00
2025/3/30 (日) 1回目10:00、2回目14:00

服装

運動のできる服装 (気温により脱ぎ着できるものが良)

持ち物

- ・ストレッチマット (厚手、お持ちでない方はバスタオル)
※数量限定で貸出マット有 (要申込)
- ・タオル・飲み物

問い合わせ先

電話 0848-20-7499 (生涯学習課スポーツ振興係)

詳細・申込
フォーム
↓



詳細については、こちらから尾道海属HPをご確認ください。
尾道海属HPの申込フォームからお申し込みください。
会場及び講師の都合により日程を変更する場合があります。

尾道海属
ホームページ



尾道海属
Instagram



@ONOMICHIKAIZOKU