

YOGA

天童高原で100人ヨガ

Well-being
ウェル・ビーイング

yoga & Food
ヨガとフード

ヨガでココロとカラダを整え、

ウェルビーイング! (心身の幸福)

肉体、精神が健康で、社会的に満たされた状態「ウェルビーイング」。ココロの豊かさ、幸せを感じることで、生産性向上やモチベーションアップにつながると、近年、企業や組織で注目を集めています。当日は新緑の天童高原で新鮮な空気を吸いながら、ヨガを思いきり楽しんでください。本イベントが皆さまにとって「ウェルビーイング」を考えるきっかけとなり、幸福な人生の一助になれば幸いです。 天童商工会議所青年部(天童YEG)令和6年度会長 武田 英司



講師 佐藤 洋子

- ・ヨガ&ボディケアPILINA 代表
- ・天童YEG 会員
- ・ヨガ資格/RYT200 認定

& ヨガ インストラクター3名

心身ともに疲れた身体をヨガでリフレッシュしましょう! 難しいポーズはせず、身体をほぐす動きを入れながら、参加者が笑顔になれるようなヨガを実施します。

Time Schedule

タイムスケジュール

受付 10:30~

動きやすい服装、ヨガマットをご持参ください!

開始 11:00

集合 10:50

※この時刻まで受付をお済ませください!

終了 12:00

※終了時間は目安となります。
ヨガ終了後に、軽食を配布します。

身体に優しいフード

ヨガの後は身体に優しい食べ物(軽食)を用意しております。ヨガ終了後に皆さまに配布いたします。

※持ち帰りはできません。

※お一人様1つ、1回限り。

※軽食の内容は変更する場合があります。



※写真はイメージです

雨天時

天候や地面の影響で会場が使えない場合、高原の里「ぼんぼこ」体育館で実施します。

集合場所は同じ!
往復バスを運行!



Service

参加者サービス



託児サービス

ヨガに参加中、お子様をお預かりいたします。現役、保育士が対応!ご希望の方は申込時に事前にお伝えください。



抽選会

参加者に天童高原で使えるプレゼントを抽選で進呈! (※予定なく終了する場合がございます)

注意事項

事故・混乱防止のため、また参加者全員がスムーズに入場できるよう、スタッフの指示には必ず従ってください。スタッフの指示及び注意事項に従っていない場合、入場をお断りする場合があります。会場内での撮影・録音・録画などの記録行為は専門スタッフ以外、禁止とさせていただきます。会場内でスタッフの指示及び注意事項に従わずに生じた事故については、主催者は一切責任を負いません。イベントが中止となった場合、交通費や宿泊費等の補償は致しません。会場内・外・駐車場などで発生した事故・盗難等は、主催者及び会場は一切責任を負いません。貴重品を含む物品は各自で管理してください。イベントの様子は広報または報道機関の取材で撮影される場合がございます。その場合、お客様が写り込む場合もございますので、予めご了承ください。事前にお申し出いただければ配慮いたします。

参加申込 FAX

天童商工会議所青年部 行 FAX023-654-7481

お申込み締切日 5月22日(水)

FAXのほか、電話・WEB(二次元コード)からお申し込みいただけます。(注意事項に同意のうえ、お申し込みください)

事業所名 (参加人数 人) 代表者名 (電話)

参加者名 (全員のお名前をご記入ください)