

ENJOY!! □
SETOUCHI

令和元年度
10月31日
まで毎日受

INNOSHIMA SUP YOGA



しまなみの多島美を満喫しながら自然と一体になろう

サップヨガとは、スタンドアップパドルボードの上で水の上に浮かんで行うヨガです。
ゆらゆら揺れる波の上で、陽の光や波の音、潮の香りなど自然を感じながら身をゆだねる心地よさを感じます。
不安定も楽しみながら思いっきり笑えば心身スッキリ!! □室内でやるヨガとは一味違う魅力があります。
陸上での練習もあるので初めての方も大丈夫。

対岸の島までクルージングし、上陸したら磯遊びやおやつタイムのお楽しみもあります。

瀬戸内での思い出づくりや、大切な人との絆を深めに、一度体験してみたいはいかがですか？

- 時間———10:00～12:30 または 14:00～16:30 (潮の状態により前後する可能性があります)
(受付～レクチャー～対岸へのクルージング～サップヨガ～終了)
- 料金———7,000円 (税込価格) (SUPレンタル料、保険代、ガイド料込)
- 持ち物——着替え、タオル、飲み物、ぬれてもよい服装、帽子、日焼け止め、おやつなど
- 定員———各4名様 (最少催行人数2名様)
- 講師———松葉有香 (Shimanami yoga style)

【開催場所】因島マリーナ

〒722-2102 広島県尾道市因島重井町 1076-2

シャワールーム
更衣室完備

【主催/ご予約/お問い合わせ】

Training&Fitness VIVO

トレーニング&フィットネスビボ



詳細はホームページへ

〒722-2324 尾道市因島田熊町 1141-1(ハローズ因島モール内) TEL: 0845-23-7636