

Qqospo



くうちゃん

2021

Park de YOGA



ストレッチ & ヨガ

ヨガ & 座禅



谷内 桂さん

全米ヨガアライアンスの資格を取得。2008年より富山市内でK-Styleyogaを主宰。その後、結婚出産を経て最勝寺を拠点にヨガ教室を開催。その人に合った無理のないヨガ指導を展開中。



谷内 良徹さん

曹洞宗僧侶。鎌倉時代創建の最勝寺で「ヨガ坐禅」「食べる禅-行鉢-」「書き禅-写経-」など禅の体験会を開催。また「神仏かふえ」「禅坊主bar」の主催や書籍『食べる禅』の出版など「禅」を広く発信。

- 会場 富山県空港スポーツ緑地 陸上競技場
- 受付 陸上競技場入口にて18:30より
- 参加費 500円(1人1回分、当日徴収、団体保険料及び消費税を含む)
- 事前申込 不要
- 備考 発熱や体調不良の方は参加を控えてください。入場の際検温を実施します。また、入場時の手指消毒やお客様同士の適切な間隔を取るなど安全対策を図ります。皆様のご協力をお願いします。運動しやすい服装で、ヨガマットを持参しご参加ください。希望者にはヨガマットの無償レンタルもあります。数に限りがございます。各日、雨天の場合中止

富山県空港スポーツ緑地管理事務所 (担当:長谷川)

富山市秋ヶ島287 ☎ 076-429-7129

※お問い合わせや当日の開催については、上記の番号へお尋ねください。

<https://smilepark.net/>

