

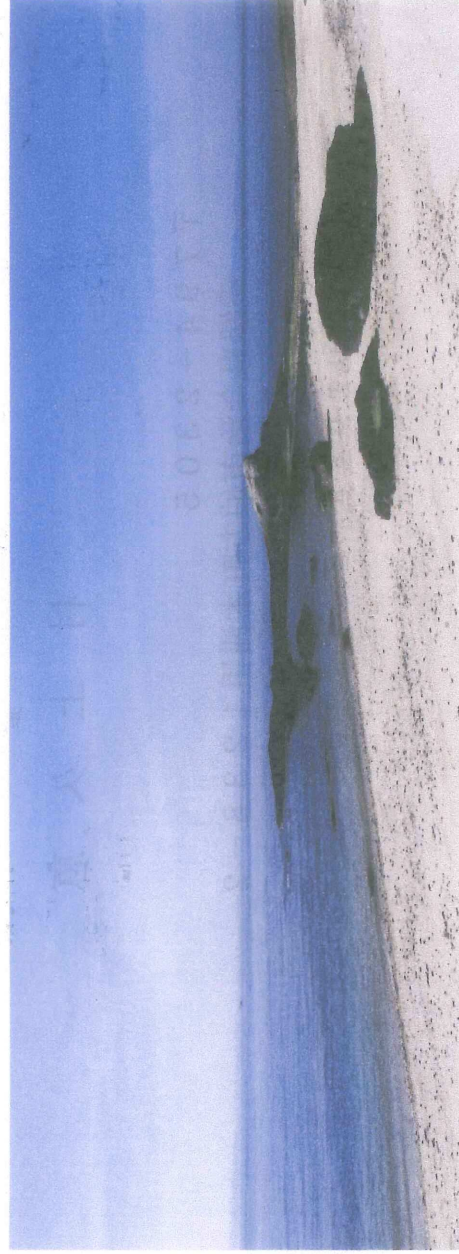
いつものアシュタング 島ヨガ クラス

&

Beach clean

&

島暮らし体験



2016. 4. 29 (金) (祝)

7:30~ 8:30 カルマ ヨーガ  
沖浦 海のデッキ清掃

8:30~10:00 アシュタング 島ヨガ

10:00~11:00 カルマ ヨーガ  
Beach clean

11:30~13:30 島暮らし体験

★地元の農家さんたち有志による「手作り窯」で焼く「手作りピザ」を、農家さんたちと一緒に自分たちで作って食べます(\*^。^\*)  
食後には、プチ農業体験をさせていただくことができます。

☆カルマ ヨーガは各60分ずつ時間をとってありますが、時間内は何時から何処から始めても終わっても、しても、しなくても自由です!(^^)!  
清掃用具(雑巾・ほうき・ゴミ袋等)はこちらで準備いたします。

ワークショップ料金 : ¥4500

通常の「アシュタング 島ヨガ」classのみの料金は ¥2000