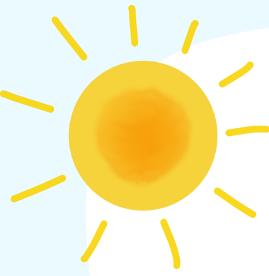


九十九里浜に集う刻



# ビーチヨガ イベント開催

夕日が沈む水平線から観る真我。

日没を観ながら、ビーチクリーニングをし、外からの情報を清潔・整理整頓することで心身ともに清浄な状態を作ります。  
寄せては引いていく、さざ波の音に包まれヨガのレッスン90分。  
ビーチレクリエーションや食事会を通して親交を深めます。



**日時** 8月8日（火） 16:00–20:00

**場所** 不動堂海水浴場  
(店舗から車で25分)

**担当IR** 川口みなみ、川田尚弥、池田恵理佳

**参加料金** 8,000円  
ヨガ、ビーチクリーニング、夕食  
ビーチレクリエーション  
※夕食は自由参加です ※夕食代は別途

## お申し込み方法

店頭もしくは下記のQRコードよりご連絡お待ちしております。

料金は前日までに成東店にてお支払いください。

**ご家族・ご友人など、LAVA会員以外の方も一緒にご参加いただけます。**

中学生以下は参加無料。詳細は店舗スタッフまでお問い合わせください。



◀Instagramからもお申し込み可能



# SCHEDULE

## スケジュール

16:00

### ビーチレクリエーション

ビーチフラッグ、スイカ割り。ペアヨガ撮影など盛りだくさん☆

16:30

### ビーチクリーニング

外からの情報を清潔・整理整頓することで心身ともに清浄な状態を作ります。

17:30

### 波音響くウェーブ フローヨガ ♥ 2.5

さざ波の音を感じながら、寄せては引く波のように動いていく。砂浜でのグラウディングを楽しみながら安定した土台を築きます。

18:15

### 朱夏を観じる ツイストヴィンヤサヨガ ♥ 2.5

水平線に沈んでいく夕陽を観ながら太陽礼拝をベースとしたレッスン。太陽からの1日の恵みに感謝をし、夕日に挨拶をする。

### 移動 & 食事会

新鮮な魚介類で食卓を彩り、ヨギーの親睦を深めます。ヨガ指導者としてではなく、等しくヨガを追求する者として、食卓囲みます。

19:00

### 終了予定

すごい夏でも、特別な夏でもなく、「普通の夏の日」。夏休みは自由に過ごして良い。でも楽しいことであって欲しい。入道雲が「美しい夏の象徴」でありますように。

20:00

### もちもの

- マット      ※レンタル用意あります。  
予めスタッフにお申し出ください。
- ウェア
- 着替え
- タオル
- 水

