

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

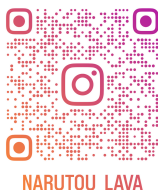
お申し込み方法

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

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☆

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にしたレッスン。
太陽からの1日の恵みに感謝をし、夕日に挨拶をする。

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。

16:00

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。

16:30

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。

17:30

18:15

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

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

