

2019年1月～スタート



石神さんヨガ

～神社で早朝ヨガ 「瞑想&リフレッシュ」～



自然との調和と原点回帰

ヨガのポーズは全身の巡りを改善し免疫力を高め、深い深呼吸は心身の疲労回復に効果を発揮します。石神さんの許、豊かな自然に囲まれた相差町でヨガを行うことは、大地・海・風・空・太陽との調和そして、神社のパワーが相乗し、人が持つ自然治癒力を100%引き出します。



月1回 第3日曜日 6:45～7:30

- 場所： 神社屋内 /気候がいい時 →境内
- 服装： 締め付けのない動きやすい物

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月
20	17	17	21	19	16	21	18

参加費： ¥1,500 (前売り) ¥2,000 (当日) レンタルマット ¥500
※予約は変更する可能性がありますので、必ず予約フォームで確認か
お問い合わせください。

*予約 ➡ <http://ise-yoga.com> 予約フォーム～

☎ : 0596-28-1845

主催・企画 ヨガスタジオプレーナ



自然の中で深呼吸したら、力が湧いてきた。

ヨガが教えてくれる呼吸は、

まるで母の“ゆりかご”の中のような

あたたかくて、心地よいものだった。

海ヨガ

4月28日(日) 29日(月)

10月26日(土) 27日(日)

サンセット 4月 17:00 - 18:00 10月 16:00 - 17:00
 サンライズ 4月 6:30 - 7:30
 会場 三重県鳥羽市相楽町 千鳥ヶ浜海岸

MONTHLY
神社ヨガ

1月～8月 第三日曜日
 会場 三重県鳥羽市相楽町 神明神社



いしがみさん

YOGA EVENTS 2019

季節限定

SPRING YOGA

5月～6月

毎週日曜日

6:30 - 7:30

会場：千鳥ヶ浜

AUTUMN YOGA

9月～10月

毎週日曜日

6:45 - 7:30

会場：神明神社

おかし、母なる海へ。

自然との調和と原点回帰

ヨガのポーズは全身の巡りを改善し免疫力を高め、深い呼吸法は心身の疲労回復に効果を発揮します。石神さんの許、豊かな自然に囲まれた相楽町でヨガを行うことは、大地・海・風・空・太陽との調和そして、神社のパワーが相乗し、人が持つ自然治癒力を100%引き出します。



海の良い波音。
 神社の漂みそった空気が。
 いしごみ
 大きく背伸びできた。

各イベント料金

レンタルマット 500円(持込可)

予約 大人 1,500円
 小人(小学生以下) 1,000円

当日 大人 2,000円
 小人(小学生以下) 1,500円

主催・企画

お問い合わせ

株式会社 Purana

0596-28-1845

後援

協力

鳥羽市

鳥羽町内会
 神明神社お神楽委員会
 相楽町ちどり会

ご予約



QRコードを読み込み、予約専用ページにアクセスしてください。

ise-yoga.com

アアーア