



みんなの青空ヨガ教室

“+1 Tree Project”

木々に囲まれた気持ちの良い空間で、
自然との一体感を楽しみながらヨガを楽しみませんか？
終わったあとは、ハーブティーでリラックスしましょう。

開催日時：平成 29 年 5 月 21 日（日）
10:30～12:00（受付 10:00～）

参加費：¥ 2,000（受講料、保険料）

募集：30名 小学5年生以上（先着順）
※小学4年生以下のお子さんを連れて来たい
場合は申し込みの際にお申し出ください

※お子さんは保護者の方に責任をもって
面倒を見ていただきます。

持ち物：動きやすい服装（Tシャツ・ジャージなど）、
ヨガマット（or バスタオル）
※なぎさの森には簡易更衣室を設置
※スポーツの森の大井スポーツセンター内には
更衣室とシャワーがあります。

集合場所：大井ふ頭中央海浜公園 なぎさの森 管理舎 前
※開始10分前までに着替えをすませて下さい。
※会場のコンディションが悪い場合には、
室内（大井スポーツセンター2階）の開催になります。

申込み：大井ふ頭中央海浜公園 TEL 03 - 3790 - 2378
※申し込みの際は「DMを見た」と伝えていただくとスムーズです。

ネイチャークラブ 会員先行受付：4月24日（月）10時～
一般受付：4月26日（水）10時～



講師 accoさん

都内、お寺でのヨガ教室「テラヨガ」を主宰。
企業やプライベートレッスン、自然の中で、様々な場所でヨガを行っている。
日常の中で活かせるヨガを提案中。 <http://www.komyo.net/yoga/>

*「遊びながらエコ」をコンセプトに、フットサル、ヨガ、ビーチクリーン、植樹祭などのイベントを
実施している NPO法人 GoodDay が共催しています。

主催：大井ふ頭中央海浜公園 <http://www.seaside-park.jp/>

共催：NPO法人 GoodDay <http://www.goodday2u.org/>



+1 Tree プロジェクト

+1Treeプロジェクトは、あなたが楽しむたびに、苗木が生まれ、森が元気になる新しい社会貢献の形です。参加費の一部は、苗木をはじめとする森づくりの資金に充てられます。

日々の楽しいイベントに、ひとつ地球にいいことをプラスする。そんな+1Tree プロジェクトに、あなたも参加してみませんか？



詳しくはHPへ↓↓
<http://goodday2u.org/1tree/>