

Outdoor & Activelife Market

アクティブライフ



11.8.sat / 9.sun 陸で行うSUP YOGA

講師 水越智穂子



陸でやる?!

SUPYOGAデモンストレーション

陸に置いたSUPボード空気を少し抜いています。

水面上イメージ不安定なボードの上でヨガポーズにトライ!

場所 / 芝生A Bエリア

時間 / [11.8.sat]

①12:00～12:45(45分間)

②14:30～15:15(45分間)

[11.9.sun]

①10:30～11:15(45分間)

②13:30～14:15(45分間)

参加費 / 500円

参加人数 / 各回5名

水越智穂子 Mizukoshi Chihoko

愛知県岡崎市にて人と人、地球と繋ぐ“貴方にとってのサードプレイスに～”をコンセプトにヨガクラスを展開しています。ヨガを通じて身体を動かし誰かと時間をシェア五感を使ってそして、心も緩むボロッと口から言葉が溢れる共有。共感。安心。繋がり。

一人で生きてるんだけどひとりきりではないそんな場所で在れたらと思う

2011年～LaxmiYOGATTTCマスターインストラクターとして

名古屋校、日進校、豊田校、東海校、一宮校担当後輩育成にも携わる

2018年～

西尾市西幡豆町ウミノマエストアにて

SUPYOGAレッスン担当

2020年～

自宅にて プライベートレッスン アクセスパーズセッションスタート