

もっと神戸が好きになる
もっとヨガが楽しくなる
もっと人と繋がれる。

ヨガマット1枚で
感じるシアワセ

神戸で楽しむ ヨガイベント 開催



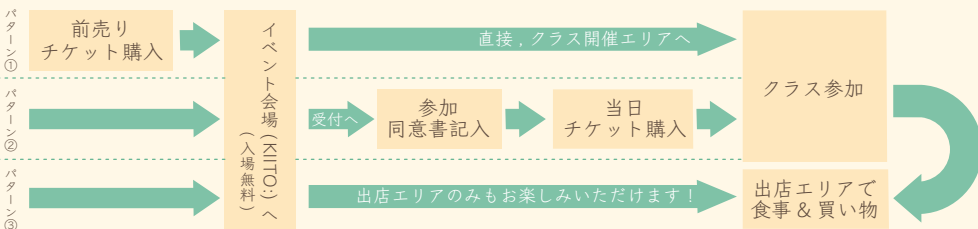
みなとのもり公園では
ソトヨガ KOBE 同時開催！
9:00～10:00 (30分前より受付)
時間までに、直接、公園まで
お越しください！



↑イベントの詳細情報や
前売りチケットはこちらから

クラスは
6つのエリアで開催！
神戸、阪神間にて
活躍のヨガ講師
をはじめ、
各分野における
スペシャリストが
担当します！

イベントへの参加方法



INFORMATION

チケット

TICKET

会場への地図

MAP

前売りチケット 1クラス 1,800円

販売方法①

3/21(祝・木)～4/21(日)までHPにて販売

ご購入者ご本人のみ使用可能。譲渡不可。決済後変更・返金不可

販売方法②

4/26(金) 13:00～15:00

4/27(土) 14:30～16:00

神戸・元町スタジオスナドリにて販売

当日チケット 1クラス 2,000円

当日、イベント会場受付にてクラスチケットをご購入いただけます。

- ・各クラスに定員があります。ご注意ください。
- ・ご購入後のキャンセルや払い戻しは不可
- ・おやこヨガは当日整理券を配布

持ち物

To bring

- ・ヨガマット (当日販売有・バスタオル等でも可)
- ・動きやすい服装 ・お水 ・タオル
- ※水の販売あり。売上げは「ハタチ基金」へ寄付します。



※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

予定クラススケジュール

SCHEDULE

さまざまなスタイルの23のヨガクラスやワークショップを開催。
ヨガを日常的に練習している方はもちろん、初めての方にも、
性別・年齢問わず気軽にヨガを楽しんでいただけます。

Garuda

ガルダエリア

10:15～11:30
Asana Mandala



★★★ 田中貴香子

12:00～13:15
「ハタヨガ」
～気づきとくつろぎのアーサナ～



★～★★ yama

13:45～15:00
アナトミック骨盤ヨガ



★★★ ほうじょうなお

15:30～16:45
たいわヨガ
～つながりのメディテーション～



★ 永谷タイ

Kukuta

ククタエリア

10:00～11:15
TriYogaの瞑想的なヨガフロー
～背骨にエネルギーを運ぶために～



★★ 児玉俊彦

11:45～13:00
AshtangaYoga for every body



★★★ 荒川慎太郎

13:30～14:45
ヴィンヤサヨガ



★★★ sebastian

15:15～16:30
みんなでトライ！
アシュタンガヨガ



★★★ 林としひろ

Kuraunca

クラウンチャエリア

10:00～11:15
OM YOGA
～ハタヴィンヤサ～



★★ 吉田香代子

11:45～13:00
ダーマヨガ～呼吸と瞑想を
深める、統合的なヨガフロー～



★★ ぬん

13:30～14:45
ジヴァムクティヨガ
～Bhakti 献身は最後の切り札～



★★★ Ryoko

15:15～16:30
沖ヨガの基本



★★ じゅずたかし

Kapota

カポタエリア

★は運動量を
表しています。



11:30～12:45
はじめてのアーユルヴェーダ
～日々の過ごし方を中心に～



座学 今村幸子

13:15～14:30
ヨーガストラが語る
アーサナとは？



座学 児玉俊彦

15:00～16:30
コラム～祈りの形～



座学 Nao

Mayura

マユラエリア

10:15～11:30
Spine Energy Flow
with music



★★ mina

12:00～13:15
クンダリーニヨガ
～自分ととのえて生きていこう～



★ Ren

13:45～15:00
シバナダヨガ
～インドの伝統的な癒しのヨーガ～



★★ Kamala Kimiko

15:30～16:45
陰ヨガ with シンキングボウル
～内と外を繋ぐヨーガ～



★ 濱田さやか

Hamsa

ハンサエリア

10:30～11:45
山本ヨガ
～自分で心と体を整える！～



★★★ 山本正子

12:15～13:15
おやこヨガ
無料



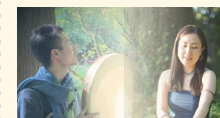
★ naho

13:45～15:00
ふわリアクロヨガ
～AcroYoga for Everybody～



★★ ACO

15:30～16:45
キールタン～祝福 祈りの唄～



★～ Ryoko/ 大橋翔