

参加したお客様の声

頬にはひんやりとした海風、鳥の声、穏やかな波の音、朝露で湿った草の香り。最高のロケーションに自然とゆったりとした呼吸に。

日本海を

眺めながらの

# 朝ヨガ

7:00 AM ~ 8:00 AM



開催日

6/3 (日)

17 (日)

7/8 (日)

22 (日)

8/12 (日)

26 (日)

お一人様：¥1,500

(税込、ヨガマット・レンタル込)

※ご宿泊されていない方でも、+¥1,000 で朝食をご利用頂けます。

※雨天の場合は室内での開催になります。



ホテルグランメール山海荘

お申込み電話番号

0173-72-8111

開催日前日の午後5時までに、お電話にてお申し込みください。



ヨガ講師  
前田典子

- ・ エサレンマッサージ指導者
- ・ スリランカ政府認定アーユルヴェーダアドバイザー
- ・ ヨガセラピスト
- ・ メンタル心理カウンセラー
- ・ 現代霊気ヒーリング師範
- ・ 厚生労働省認定 医薬品登録販売者
- ・ ルーシーダットンインストラクター