

中之島とはちけんやで開催！自分のヨガが見つかるよ。

人も街も好きになる

# アウトドア ヨガ祭り



誰もが集えるヨガクラスが30。川と芝生に囲まれて、気持ちいい秋空の下、

もっと、ゆるっとヨガ  
ヨガで笑おう



## 参加方法

年齢性別制限なし

1クラス **1,000円**

小学生以下および障害者手帳  
ご提示の方無料。

当日受付

定員制先着順

\*マットレンタルは枚数限定で300円/クラスです。

事前予約  
不要です。

2022

11.5(土)

8:00~16:30

はちけんやテラス

大阪府大阪市中央区北浜東1-2

2022

11.6(日)

8:00~17:00

中之島芝生広場

大阪府大阪市北区中之島1丁目1



5日  
のみ

マーケットとマルシェを同時開催！



### ●アースヴィレッジマーケット

ここからだにやさしいマーケットです。ヨガグッズ、  
マッサージ、やさしいお菓子などをお楽しみください。

### ●はぐくみマルシェ

まちと親子をつなぐマルシェ。お下がり服交換会や地  
域の子育てサポーターの展示など内容盛りだくさん。

最新情報や、レッスン内容、  
インストラクターのプロフィールはwebをチェック！



主催：アウトドアヨガ祭り実行委員会

Web: <https://www.outdoor-yoga-japan.com>

Mail: [info@outdoor-yoga-japan.com](mailto:info@outdoor-yoga-japan.com)

小雨決行です

会場には屋根がありませんので急な降雨に備え雨具は持参ください。

コロナ対策

会場では大阪府コロナ追跡システムへの登録をお願いしています。当日は検温にご協力いただき、  
発熱37.5℃以上および風邪の症状がある場合には参加を控えていただくようお願いいたします。

# P R O G R A M

## アウトドアヨガ祭り

5日は、アースヴィレッジマーケットと  
はぐみマルシェを同時開催!

楽しい企画をたくさんご用意しています。  
あなたにあったヨガを見つけてください。

※チャレンジ度を  $\circ$  の3段階で表記しています。



### 11/5 はちけんやテラス (土) 時間：8:00~16:30

### 11/6 中之島芝生広場 (日) 時間：8:00~17:00

テラスエリア	お楽しみエリア (無料)
8:00 8:00~9:00 $\circ\circ\circ$ リフレッシュ朝ヨガ Kuppe	はちけんや体操
9:30 9:30~10:30 $\circ\circ\circ$ こころとからだが ととのうヨガ 富田あかり	9:00~9:10 $\circ\circ\circ$ 9:15~9:30 $\circ\circ\circ$ ビギナーインストラクタークラス
11:00 11:00~12:00 $\circ\circ\circ$ リラックスヨガ いずみしほ	10:30~10:45 $\circ\circ\circ$ 11:30~11:45 $\circ\circ\circ$ ビギナーインストラクタークラス
12:30 12:30~13:30 $\circ\circ\circ$ おやこヨガ <b>無料</b> 池田有美	12:15~13:00 $\circ\circ\circ$ シン手話体操と 手話エクササイズ 手話エンターテイメント 発信団 oioi
14:00 14:00~15:00 $\circ\circ\circ$ アーユルヨガ& 歌う瞑想 さくらいゆき	13:30~13:45 $\circ\circ\circ$ 14:30~14:45 $\circ\circ\circ$ ビギナーインストラクタークラス
15:30 15:30~16:30 $\circ\circ\circ$ いのちの喜ぶヨガ じゅずたかし&平田キト	15:30~15:45 $\circ\circ\circ$ ビギナーインストラクタークラス

太陽エリア	大地エリア	水エリア (無料)
8:00 8:00~9:00 $\circ\circ\circ$ リバーサイドの朝ヨガ じゅずたかし		
9:30 9:30~10:30 $\circ\circ\circ$ AYUR YOGA Ayumi	9:00~10:00 $\circ\circ\circ$ すっきりさわやか 朝のヨガ ふるさわみさと	9:15~9:45 $\circ\circ\circ$ 朝笑い!ラフターヨガ 岡本笑美子
11:00 11:00~12:00 $\circ\circ\circ$ 思いっきり体を伸ばそう! MAKI ODAWARA	10:30~11:30 $\circ\circ\circ$ やさしいフローヨガと 呼吸瞑想 成田レア	10:15~10:45 $\circ\circ\circ$ 親子で育むキッズヨガ おのあすか
12:30 12:30~13:30 $\circ\circ\circ$ マントラ&太陽礼拝 Purvi Jhaveri	12:00~13:00 $\circ\circ\circ$ 陽だまりで 呼吸を深めるヨガ 小林ひとみ	12:15~12:45 $\circ\circ\circ$ 英語で親子ヨガ Simona
14:00 14:00~15:00 $\circ\circ\circ$ 呼吸に合わせて 動くヨガ 荒川慎太郎	13:30~14:30 $\circ\circ\circ$ 燃焼系パワーヨガ 横瀬ゆり	14:15~14:45 $\circ\circ\circ$ 親子でわくわくキッズヨガ TOMO
15:30 15:30~16:30 $\circ\circ\circ$ 楽しく音の瞑想クラス hiroko & gumi	15:00~16:00 $\circ\circ\circ$ ゆだね、つながるヨガ ぬん	
16:30~17:00 $\circ\circ\circ$ ヨガ祭りファイナル		



MAP



アクセス→

最寄駅：京阪本線天満橋駅・北浜駅・なにわ橋駅、地下鉄谷町線天満橋駅・南森町駅、地下鉄堺筋線北浜駅