

熊本に届け! 城ヨガ!



”上田わっしょいで  
ヨガ盆踊り”



呼吸が踊る♪  
心が踊る♪

# しなのの 城ヨガ 2018



## 上田

参加費  
無料

マット  
不要



[www.shiroyoga.nagano.jp](http://www.shiroyoga.nagano.jp)

## 2018.10.8 (月・祝) 荒天中止

受付開始 ▶ 9:00 イベント開始 ▶ 9:30

受付場所 ▶ 上田城跡櫓下公園

内容 ▶ 長野県各地で活躍中のヨガの先生20名以上による  
しなののヨガ盆踊り

- あるといいもの  
ヨガマット (もしくはバスタオルなど) ・ 飲み物
- ※当日は動きやすい服装でお越しください。
- ※更衣室の用意がありませんので予めご了承願いたします。

● 同時開催  
ロディヨガ for キッズ



### チャリティ手ぬぐい 販売決定! (当日会場)

チャリティ手ぬぐい収益金は  
すべて熊本城復興城主に  
寄付させていただきます。

しなのの城ヨガ大使  
(初心者2年目)  
吉本住みます芸人



城ヨガとは  
2016年4月14日に発生した熊本地震支援チャリティヨガプロジェクト  
「熊本に届け! 城ヨガ!」。被災地のシンボルである熊本城復興に寄与するため  
2016年より全国各地のお城でチャリティヨガを開催し支援の輪を広げています。



## S H I N A N O N O S H I R O Y O G A

● 主催・お問合せ しなのの城ヨガ実行委員会事務局 [hello@shiroyoga.nagano.jp](mailto:hello@shiroyoga.nagano.jp)  
TEL 0263-82-8872 FAX 0263-88-2479 〒399-8303 長野県安曇野市穂高 796-1



くまモン  
募金箱  
あります