

みんなと

木になる

山になる vol.5

ヨガと山さんぽ

3.10 SUN.
13:30-

室積 普賢寺と峨嵋山



スケジュール

13:30 受付

普賢寺本堂（雪舟庭側）

山口県光市室積8丁目6-1

14:00 ヨガ



ヨガ

菅本龍史 (METHOD B STUDIO)

在米中にヨガに出会って以来、ゆっくりではありますが、学びと実践を続けてきました。「わお、ヨガって良いじゃない!」と実感するこの頃。好きなものは、コーヒーと室積『木村屋』さんの“しそ天かすおにぎり”です!
みなさんと身体を動かすことの楽しさをシェアさせていただけたら嬉しいです。



15:30 峨嵋山めぐり


峨嵋山案内とコーヒー

山本統 (むろづみ空想計画舎)

これまで旅行会社、コーヒー屋さんで働いていました。
40代に入り、『光市室積』で地域コミュニティ作りと生業とくらしの両立を目指しています。旅先で、その土地ならではの文化や人にふれることが好きです。
今回、添乗員とコーヒー屋の経験を活かした楽しい山散歩にしたいと思います!



外でコーヒーとおやつタイム

 木村家 木村家さんのブレンドコーヒー

 manameal さんのクッキー



16:30 自由解散
くらい

※雨天の場合は、普賢寺にてコーヒーとおやつタイムをたのしみましょう◎



参加費 ¥3,500



ご予約はこちらから

←こちらの QR コードから予約フォームへアクセスしていただくか、
info.method.b@gmail.com までご連絡ください。