

ランチ付き



ヨガ教室

しまなみの美しい風景を一望できる
ホテルいのしまで、
心も身体も癒されるヨガ体験を。
体をいたわるヘルシーな
お食事メニューとともにお楽しみください。



ヨガ講師
篠原 加緒里
全米ヨガアライアンス所有

元保育士。
体質改善の為に始めたヨガで、
身体以上に、心や思考の変化に感動し、
すっかりヨガ好きに。
ヨガを深く学びたいと思い、
沖縄県石垣島にて "シヴァラージャヨガ" を学び、
現在はヨガ講師として活動中。
出会えた皆様とヨガで繋がりを楽しむこと。
今この瞬間の自分自身と向き合う時間を大切に、
健康で笑顔になれるレッスンを心がけている。

2022
6/26
SUN.

Lunch menu

ビタミンやカリウム
を多く含む食材を
使って、減塩・低力
ロリーにこだわった
ランチメニューです。

ヨガの後は
展望大浴場で
すっきり!
(250円)



Observatory bath

【スケジュール】

受付 10:00 ~
ヨガ 10:30 ~ 11:45
ランチ 12:00 ~ (レストランにて)

【開催場所】

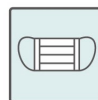
ホテルいのしま 2F しまなみの間

【料金】

2,500円

予約制

----- 当ホテルでは感染予防対策を徹底しています -----



マスクの
着用



手洗いの
徹底



館内共用部の
消毒



消毒液の
設置



定期的な
換気



ソーシャル
ディスタンス



空気清浄機の
設置

ヨガ講師プロフィール

■名前

篠原 加緒里

■所有資格

- ・RYT200
(全米ヨガアライアンス)
- ・保育士／幼稚園教諭
- ・宅地建物取引士
- ・賃貸不動産経営管理士

■主な活動場所

- ・ヨガスタジオ
- ・フィットネスジム
- ・医療機関、介護施設等
- ・イベントヨガの実施
- 福山市民球場ヨガ
- 海でのサンセットヨガ
- 公園での朝ヨガ

その他、各種イベント等



■自己紹介

元保育士。
体質改善の為に始めたヨガで、
身体以上に、心や思考の変化に感動し、すっかりヨガ
好きに。

ヨガを深く学びたいと思い、沖縄県石垣島にて
”シヴァラージャヨガ”を学び、現在はヨガ講師として
活動中。

出会えた皆様とヨガで繋がりに楽しむこと。
今この瞬間の自分自身と向き合う時間を大切にし、
健康で笑顔になれるレッスンを心がけている。