

国指定史跡「米子城跡」で  
ゆったり朝ヨガ習慣



# 米子城 YOGA

米子城フェスタ2019

# 10/5 (土)

参加費

# ¥1,000

※12歳以下のお子様参加無料

時間

## 5:30AM - 7:00AM

持ち物

ヨガマット(※レンタルマット無料)、  
お飲物、虫除け、日焼け止め

5:30

湊山公園駐車場集合  
(天守に移動 15分程度)

6:00~

朝ヨガ

7:00

天守で自由解散

【講師】

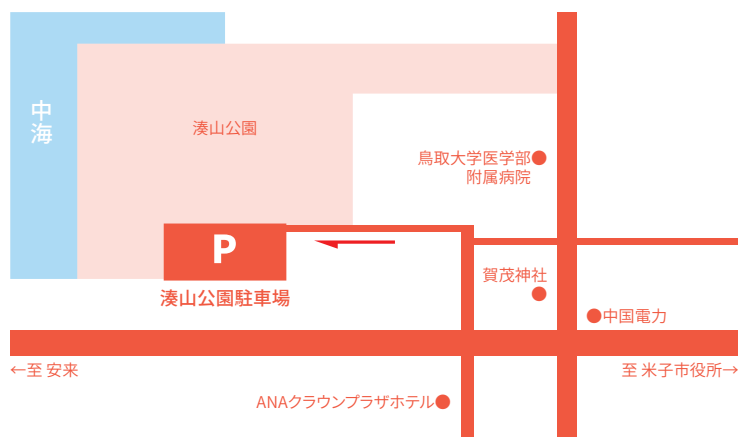
笑顔インフルエンサー® **市川さゆり**



1983年2月23日生まれ(島根県出身)  
米子市を拠点に「笑顔インフルエンサー®」という独自の肩書きで、国内外にて幅広く活躍中のヨガ・顔ヨガインストラクター。

これまでに10,000人を超える人を指導。主に笑顔のチカラを必要とする企業や行政、教育関係などからの講演・研修依頼は去年1年間で100カ所を超える。

また、山陰の地において、様々なヨガイベントを開催。人と人をつなぎ、笑顔と活力ある地域づくりに貢献している。



企画 米子市観光協会

お問合せ・申し込み先

【LINO事務局】090-1018-9322

または [silkyyoga@gmail.com](mailto:silkyyoga@gmail.com)