

イナリアンドルジュ 9周年イベント

2024年8月28日(水)
SUPで湖畔散策&SUPヨガ

今年のルジュの9周年イベントは思いっきり夏を楽しむがテーマ！
奥多摩にある湖で、スタンドアップパドルボード（SUP）体験をします！
湖なので流れもなく、全く初めての方でものんびり楽しめます。
湖の上からしか見ることのできない景色、鳥の声、
心地よい風を全身で感じに行きましょう。

イベント内容

当日の流れ

- 9:30 町営白丸駐車場付近公衆電話前に集合
- 受付・着替えを済ませ、いざ湖へ
- 自然いっぱいの湖の上をSUPに乗って散策
- SUPの上でヨガのポーズチャレンジ
- 11:30 出発時と同じ集合場所に解散
(昼食と一緒に出来る方は昼食後解散)

ご予約・お問合せ

ご予約／受付・お電話・予約表にて
主催／ヨガ・ピラティススタジオ ルジュ
HP／www.rju.jp TEL／0428-84-0721

募集要項

対象／どなたでも（中学生以上）
最低遂行人数／4名 定員数／13名
参加費／1人8,000円（税込）
※昼食代、交通費は含まれません。

持ち物・服装

- 服装
水着やラッシュガードなど
レギンス(日焼け対策にあると便利です)

汚れてもいいサンダル(ビーチサンダルやク
ロックス等、水に浮く物)
- 持ち物
着替え、タオル、飲み物(500ml程度)
- あると便利な物
帽子、日焼け止め、虫除け、眼鏡の方はメ
ガネバンド
※詳細は参加者の方にご連絡します。

下見行って
きました～♪

