

★ミュージアムからミュージアムへ♡鎌倉美活ウォーク特別イベント★

ヨガインストラクターと歩く鎌倉美活ウォーク

2018年11月11日 (日)



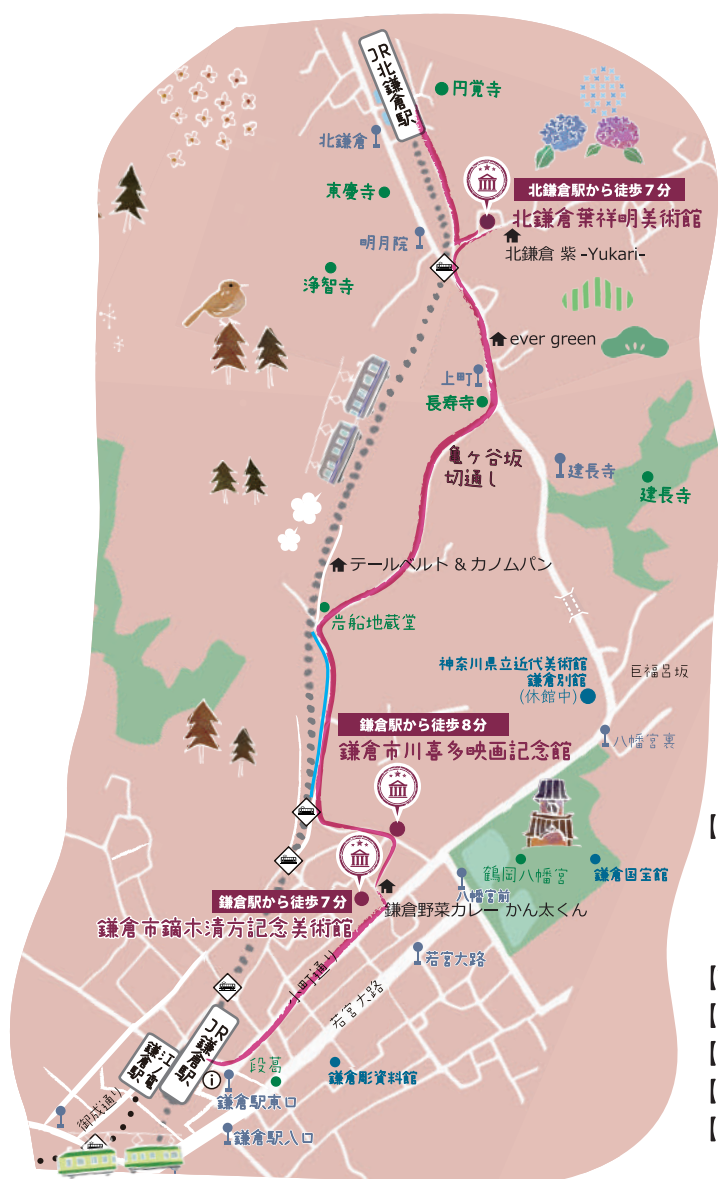
鎌倉の豊かな歴史風土や自然を満喫しながら、
ヨガインストラクターが教える
美しいウォーキングで美意識を高め、
芸術鑑賞を楽しみましょう



【講師】鶴見 泉 (ヨガインストラクター)

憧れのファッション業界でバイヤーとして世界を舞台に仕事に励むも、より自分らしい生き方を模索し、10代のころに出逢った坐禅を再びはじめ、瞑想や呼吸が心身に大きな影響を与えることを学ぶ。さらに追及するためヨガをはじめ、ヨガインストラクターへ転身。ナチュラルライフを求め鎌倉へ移住し、現在湘南エリアを中心にヨガの普及に努めながら、禅の修行も行っている。またシンギングボウルを使った施術も学び、シンギングボウルボディヒーラーとしても活動中。

- ◇JYIA ヨガインストラクター
- ◇全米ヨガアライアンス RYT200
- ◇ヨガニードラセラピスト養成講座修了
- ◇ヨガセラピー指導者養成講座修了
- ◇シンギングボウルボディヒーラー



JR 鎌倉駅

13:30
集合

30分
鎌倉市 鍋木清方記念美術館

30分
鎌倉市 川喜多映画記念館
お庭にて「ウォーキングレクチャー」

亀ヶ谷坂切通し
途中「ウォーキングアドバイス」

16:00
解散

30分
北鎌倉 葉祥明美術館

JR 北鎌倉駅



【内 容】 ヨガ的な観点からウォーキングのポイントをレクチャー。正しいウォーキングを習いながら、学芸員の解説付きでミュージアム巡りと鎌倉散策を楽しみましょう。

※当日は歩きやすい格好でお越し下さい。飲み物も各自でご用意下さい。

【講 師】 鶴見 泉 (ヨガインストラクター)
【日 程】 2018年11月11日 13:30～16:00 定員20名 (雨天中止)
【集合場所】 鎌倉市 鍋木清方記念美術館
【参加費】 1,800円 (3入館料込み)
【予約受付】 10月20日11:00～
☎ 0467-24-4860 (北鎌倉 葉祥明美術館)