

谷山緑地グrintプロジェクト

「朝ヨガ」

令和6年8月18日(日) 7:00~9:00

エフエム鹿児島主催で谷山緑地公園内の10区(奄美の里道路向かい)で、インストラクターによるヨガ講習と講習終了後アイスコーヒーでクールダウンしました。

早朝の涼しい時間帯に実施しました。いつもと同じ10区で実施でしたが、木陰になる場所で行いみっちり1時間ヨガを体験してもらいました。

ヨガ終了後のアイスコーヒーも好評で夏の暑い時期のイベントとして来年も実施したいと思います。

開催状況

