



Shirarahama

BEACH YOGA 2026

ビーチヨガの聖地
白良浜

初心者の方、ご高齢の方も
無理なく参加できるプログラムです

白良浜ビーチヨガ日程

4月 12日 26日 9月 13日 27日

5月 3日 10日 10月 11日 25日

6月 14日 28日 ※すべて日曜日です

ヨガマットはご用意しています

日除のタオル、帽子、サングラス、水分補給の
お水などは各自お持ちください

開催時間 7:00-8:00

10分前に白良浜イルカシャワー前にお集まりください

参加費 1,000円

- 10歳以上の方が対象となります
- ご宿泊の施設を通じてお申し込みください
- 参加費は宿泊施設にお支払いください

Please book at the hotel where you are staying.

加盟施設以外にご宿泊の方、地元の方もご参加いただけます
白浜温泉旅館協同組合までお問い合わせください



講師

小竹 京子 (SHANTI KUTIR YOGA JAPAN 主宰)

IYC/ハタヨガ指導者/Sivananda Yoga instructor
日本アーユルヴェーダ学会認定 セルフケアアドバイザー
YAMAP 認定 インタープリター

インド・ベトナム・タイ・東京などのSivananda Yoga Ashram(center)に滞在しヨガを学ぶ
国内外で勉強を続けながら自身のヨガを深め、2013年から和歌山県内にて指導・活動をしている

白良浜は 2000年7月20日、ハワイ・ホノルルワイキキビーチと友好姉妹浜となり、
世界最大の旅行口コミサイトトリップアドバイザーにて Traveler's choice2019
国内人気ビーチトップ10 でランキング4位に選ばれました

※日の出時刻により時間変更や、気象条件により中止となる場合があります また予告なく講師の変更がある場合があります



しらほま
コンシェルジュ



Facebook



Instagram

白浜温泉旅館協同組合

TEL.0739-42-2215 FAX.0739-42-3059

〒649-2211 和歌山県西牟婁郡白浜町 1650-1

<http://www.shirahama-ryokan.jp>

