



Gunma Retreat Marché in 草津温泉

満喫する2日間

群馬の食とヨガを

日本有数の温泉地で



2022年10月1日(土) / 2日(日)

会場 天狗山レストハウス
天狗山山頂(天候により中止)
天狗山ゲレンデ(天候により中止)



住所 群馬県吾妻郡草津町草津158

参加費

申し込みWEBサイト

1クラス **3,000**円(税込)

*無料クラスもご用意しています。



参加講師



宮城 由香



伊木 さやか



中村 尚人



芥川 舞子



ケン・ハラクマ



磯 沙緒里



Mariko

詳しい
スケジュールは
裏面へ ➡

群馬の食を

満喫できる

特別な宿泊プラン



会場

草津ナウリゾートホテル

〒377-1711

群馬県吾妻郡草津町白根750

【プラン内容】

●講師も参加する上州地鶏などの群馬県産食材を使用した特別なビュッフェ

※18歳未満のかたは、保護者同伴が原則となります

●源泉掛け流しの大浴場を満喫



プラン価格

1名でご宿泊 / 1泊2食付き

33,000円(税込)/1人

2名でご宿泊 / 1泊2食付き

27,500円(税込)/1人

お申し込みはHPへ



同時開催



有機農産物など群馬のこだわりの食が集まる食のマルシェを開催

会場：天狗山レストハウス前(ヨガ会場正面)

※マルシェ開催時間 / 10:00~16:00



天狗山山頂や天狗山ゲレンデでの無料クラスも開催！ 有名講師による充実の2日間

10月1日 土

スケジュール

10月2日 日

時間/会場	天狗山レストハウス 第一会場	天狗山レストハウス 第二会場	外ヨガ (無料クラス)
9:00			
10:00			小賀 雅美
11:00	ケン・ハラクマ アシュタンガヨガ基礎 & リラクゼーション		RISA
12:00	宮城 由香 胸を開く Basic Flow Yoga		山越 綾乃
13:00	Mariko 全身ストレッチヨガ		山越 綾乃
14:00			洗木 さやか
15:00	中村 尚人 効かせるヨガの教科書の著者が教える一快速ヨガ	芥川 舞子 & 洋輔 フリダヤヨガマスター養成講座	
16:00			
17:00	ケン先生 × 山本知事 トークショー		
18:00			

最新情報はホームページをチェック

<https://gunma-retreat-marche.jp/pages/yoga-teachers>



天狗山山頂 天狗山ゲレンデ

*内容は変更になる場合があります。 *外ヨガクラスの開催については、天候によって中止になることがあります。 *天狗山山頂までリフトを使用する場合は、リフト代がかかります。

【当イベントに関するお問い合わせ先】 Gunma Retreat Marché 事務局 (受託者: 凸版印刷株式会社)

メール: info@gunma-retreat-marche.jp 電話: 050-3851-2463 受付時間 10:00 ~ 17:00 (土・日・祝日を除く)