

国東の海で最高の朝活を！

参加無料!! 全4回

6/22(土) 6:40~8:00  
7/27(土) 6:40~8:00  
8/24(土) 6:40~8:00  
10/26(土) 6:40~8:00

少雨決行・悪天候の場合は中止となります

（ガシ）でカラダうごかすココよこが

ビーチアーシング  
KUNISAKI  
2024

## 黒津崎海水浴場

大分県国東市国東町小原

6:40 海岸に集合!

### ビーチクリーン

7:00~7:30

海辺がきれいになると  
心もスッキリ気持ちいい!

ヨガ未経験でも  
大丈夫!

### アーシングヨガ

7:30~8:00

裸足で海を眺めながら  
全身がよろこぶヨガ!

※アーシングとは  
素足で直接自然  
に触れる健康法

くにさき鬼汁歩荷隊

お申込み  
お問合せ  
はこちら

ホームページ

Instagram



### 持ち物

- ・動きやすい服装
- ・ビーチサンダル
- ・タオル
- ・帽子(日よけ用)
- ・飲み物



※砂の上で行いますのでヨガマットは不要です  
※ビーチクリーンの道具をご用意しています

### 参加特典

全4回ご参加された方  
(6/22・7/27・8/24・10/26)  
には、もれなく全員に  
「宇宙タコ」プレゼント!!



国東のタコ  
を使った  
やわらかくて  
おいしい  
宇宙食だよ!

### メインイベント

について



日時▶ 10/26(土)

7:00~15:00

場所▶ 黒津崎海水浴場  
& お祭り広場

- \*ビーチクリーン&ヨガ
- \*海辺でフィットネス
- \*美味しい楽しいマルシェ
- \*ステージ発表 etc...



ビーチクリーン  
アーシングヨガ  
会場

駐車場MAP▶

