

# TANADA YOGA

in 岡山県上臼棚田

日本の棚田百選「上臼」



※2018年6月24日に実施したイベントの様子です。

## 2019.6.9 (日) ※雨天中止

時間：10:00~15:00

場所：久米南町上臼棚田百選地区

※岡山県久米郡久米南町 上臼1300【臼庵】

参加費：¥2,000

申込先着150名にヨガマット無料貸し  
冷たいお水とおしぼりプレゼント！

### special program

#### 「ウォーキング瞑想」&「瞑想・ヨガ」

Olivier Charles (オリヴィエ・チャールズ)

2003年、ロンドンでパーソナルトレーナーとして働いていた時にヨガに巡り合う。

また、腰痛とランニング中に痛めた膝もヨガの実践を通して回復したことから、ヨガの勉強をさらに掘り下げ、インストラクターの資格を取得する決意をする。



今回のイベントでは、再生をテーマに「上臼棚田」のオリジナル瞑想ヨガプログラムを提供して頂けます。

## 第2部 体験会

12時から

### ①和太鼓集団「鼓淡」演奏&体験！

淡路島を拠点に日本各地で活動している和太鼓集団棚田を背景に迫力ある演奏を披露して頂きます！！当日は、太鼓のたたき方もレクチャーします。



### ②世界最小!? 米粒アート体験！

「米粒アート作家」岡部玲可さん来場！話題のアーティストが上臼にやってきます！当日、「上臼オリジナル商品」も販売し、初心者にもわかりやすくレクチャーしていただきます。



### ③上臼「大抽選会」(空くじなし)

「賞品」上臼復元令和版「棚田米」「甘酒」「道の駅くめなん」オリジナル商品等上臼復元「ボン菓子」他いろいろ



主催：(株)パソナグループ 上臼みろく農場協議会 後援：久米南町

無料シャトルバスをご利用ください！

久米南町役場 9:00 出発

申込締切日 2019年5月31日(金)

お申し込み 【メール】 [Info\\_okayama@pasonagroup.co.jp](mailto:Info_okayama@pasonagroup.co.jp)

【FAX】050-3684-4247 上臼みろく

HP <http://kamimomi369.jp/> (お問合せ)(株)パソナグループ 050-3684-4245

