

エコアくまもと外ヨガ教室を開催しました！

令和8年4月19日(日)午前10時～正午に、エコアくまもとで、エコアくまもと外ヨガ教室～ツツジの香りを楽しみながら～を開催しました。

当日は残念ながら雨模様でしたが、100名収容の研修室を開放し、初めてのヨガ教室を体験していただきました。

講師には、海外でも活躍中のヨガインストラクターで健康・ウェルネス講師の亜也加さんをお招きし、5才からシニアの方まで合計17名の方々が参加されました。

約1時間30分のヨガ教室で、“体がスッキリして楽しかった！”“ヨガを体験して良かった！”次のヨガ教室が楽しみです！”などの感想をいただきました。

