

# 美ヶ原 星空ヨガ

上田駅から車で約40分、長野県上田市美ヶ原高原の麓に広がる、日本で星空や天の川が綺麗に見える場所にも選ばれた花と星の郷・武石(たけし)村。

標高約1100M, 美ヶ原の澄み切った空気と満点の星空のもと、カラダもココロもキレイになる“星空ヨガ”を開催します。

## 「美ヶ原\*星空ヨガ」

開催日時：2019年9月15日(日)12:00~21:00頃

会場：巣栗キャンプ場(武石観光センター)

add 386-0507 長野県上田市武石上本入2384-65

参加費：おひとり2000円

定員：事前お申し込み制 先着30名ほど

申込：2019年8月5日(月)18時からwebお申し込み受付開始

申込締切：2019年9月9日(月)23時00分(ただし上限に達し次第受付終了)

持ち物：動きやすい服装、お飲物、ヨガマット(レンタルあり)

申込・詳細：<https://takeshikyouryokuta.wixsite.com/hoshiyoga>

主催：武石観光センター

企画制作：美ヶ原・信州武石地域おこし協力隊(上田市地域おこし協力隊)

星空ヨガは18時開始

お連れの方は参加費無料!  
初心者さんやファミリーさん大歓迎★

