

階上の海岸線を満喫！

2023年5月27日！

トレッキング & 潮風ヨガ

日程：2023年5月27日(土)

定員：20名 小学4年生以上～大人
小学生は保護者同伴

参加費：2,200円(税込) / 1名

集合/解散：はしかみハマの駅あるでい～ば隣
さわやかトイレ駐車場
(集合 10:20 / 解散 14:30)

※参加費に含まれるもの

昼食代、JR運賃(復路：角の浜駅→大蛇駅)、保険料

※持ち物 飲み物、歩きやすい服装・靴

内容

ハマの駅あるでい～ばから階上灯台までの約4Kmの海岸線を、ミッションをクリアしながらクイズに答え、楽しく歩きます。階上灯台で水平線を眺めながらの潮風ヨガを体験！



ヨガインストラクター
バリー グロスマンさん
・Yoga Alliance ERYT認定講師
・ラフターヨガ認定講師



階上灯台の芝生地で
潮風ヨガもやるよ！



昼食は
ぱくぱくカレーのカレーだよ！



<企画・運営>(株)ACプロモート

青森県知事登録 旅行業 地域—1号 国内旅行業務取扱管理者 町田 直子

【申込み・問合せ】種差海岸インフォメーションセンター
TEL:0178-51-8500 (9:00~17:00)
5/27当日の緊急連絡先 TEL:080-3494-1436

