

# 10月14日(月)

- 1回目 13時30分～13時40分
- 2回目 13時45分～13時55分
- 3回目 14時00分～14時10分

会場：展示棟 1F 会議室4

## めぐる ヨガ

自然に寄り添うヨガインストラクター～  
Cielo\_\_yoga / RISA (リサ)

Cielo (シエロ) はスペイン語で「空」の意  
境界線のない「空」のように、人と自然、時間を結びたい

その想いを大切にしながら  
ヨガインストラクターとして宮城県を拠点に活動をしています🧘

またヨガ講師と併せ、タレント・リポーター業も両立。二足の草鞋で活動中。



※ヨガマット不要・初心者の方も安心してご参加ください



ヨガ講師：RISA (リサ)