



社内ヨガを開催しました！

富山駅裏にあります、県営富山武道館にてヨガインストラクターYUMI さんをお招きした社内ヨガを開催しました！



ヨガインストラクターYUMI さんの紹介とヨガの様子



ヨガは初めてという職員が殆どでしたが、約1時間30分のヨガで冷え切った体が汗がでるぐらい温まりました！男性の参加も多く社内イベントを通して「健康経営」の意識が高まりました。

(株)ビレッジ・フィールド ふる里の風グループ