



Yoga by the Beach

Summers in South County just got even sweeter!

Breathe in that fresh ocean air as you relax, recharge, and reconnect. Yoga by the Beach is free and open to everyone—from beginners to masters—so be sure to bring your family and friends along for the fun!

From the sunshine and sea breeze to **raffle prizes and giveaways**, we're starting your Wednesdays off right—all summer long!



Narragansett Town Beach Gazebo Narragansett, RI

Wednesday, June 7 at 10:00 a.m.

Wednesday, June 21 at 10:00 a.m.

Wednesday, July 5 at 10:00 a.m.

Wednesday, July 19 at 10:00 a.m.

Wednesday, August 2 at 10:00 a.m.

Wednesday, August 16 at 10:00 a.m.

Wednesday, August 30 at 10:00 a.m.



Marina Park South Kingstown, RI

Wednesday, June 14 at 10:00 a.m.

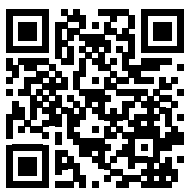
Wednesday, June 28 at 10:00 a.m.

Wednesday, July 12 at 10:00 a.m.

Wednesday, July 26 at 10:00 a.m.

Wednesday, August 9 at 10:00 a.m.

Wednesday, August 23 at 10:00 a.m.



Scan the QR code or
visit bcbsri.com/events
to sign up for the event(s)
of your choice.



If you have your own yoga mat,
we recommend bringing it with you.
If not, we'll have a limited supply of
beach mats available for use.



**Blue Cross
Blue Shield**
of Rhode Island

Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island is an independent licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association.

Y0146_2023yogabeach_C

05/23 BMED-899420



Yoga en la Playa

¡Los veranos en South County ahora son más divertidos!

Respire el aire fresco del océano mientras se relaja, recarga su energía y reconecta. Yoga en la Playa es gratis y está disponible para todos, desde principiantes hasta expertos, ¡así que venga con sus amigos y familiares y a divertirse!

Disfrutemos de la luz del sol y la brisa marina, y también de **rifas de premios y obsequios**. Comencemos bien los miércoles, ¡durante todo el verano!



Gazebo de la playa de Narragansett Narragansett, RI

Miércoles 7 de junio a las 10:00 a. m.

Miércoles 21 de junio a las 10:00 a. m.

Miércoles 5 de julio a las 10:00 a. m.

Miércoles 19 de julio a las 10:00 a. m.

Miércoles 2 de agosto a las 10:00 a. m.

Miércoles 16 de agosto a las 10:00 a. m.

Miércoles 30 de agosto a las 10:00 a. m.



Marina Park South Kingstown, RI

Miércoles 14 de junio a las 10:00 a. m.

Miércoles 28 de junio a las 10:00 a. m.

Miércoles 12 de julio a las 10:00 a. m.

Miércoles 26 de julio a las 10:00 a. m.

Miércoles 9 de agosto a las 10:00 a. m.

Miércoles 23 de agosto a las 10:00 a. m.



Escanee el código QR o
visite es.bcbsri.com/events
para inscribirse en los
eventos de su interés.



Si tiene su esterilla de yoga, le
recomendamos que la traiga.
Si no tiene, tendremos disponible un
número limitado de esterillas de playa
para su uso.



**Blue Cross
Blue Shield**
of Rhode Island

Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island es un licenciario independiente de Blue Cross and Blue Shield Association.

Y0146_2023yogabeach_C

05/23 BMED-899420