

5月開講



青空ヨガ教室

講師 大野 由香先生

5月の空の下、体を動かしてみませんか？
呼吸や体に意識を向け、快適な姿勢で
安定したゆったりとした動きのヨガを行います。
心も身体もリラックス、リフレッシュしましょう。

開催日：5/13、20、27、6/3 10:00～11:00

(水曜日 全4回 雨天中止)

定員：20名

受講料：600円/回 ※料金は毎回受付にてお支払いください

場所：引佐総合公園 芝生広場

持ち物：ヨガマットまたはバスタオル・動きやすい服装・汗拭きタオル・飲み物

参加方法：当日すぽるてんまでお越しください 窓口にて受付致します

お問い合わせ：引佐総合公園(すぽるてん) 指定管理者 東海ビル管理株式会社

TEL:053-528-2481
FAX:053-528-2482

Email:suporuten-inasa@outlook.com
HP:<https://www.birukan.jo/sporuten/>