

10月開講



青空ヨガ教室

講師 大野 由香先生

秋の風を感じながら、自然に体を委ねませんか？
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：10/7、14、21、28 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/>