



青空ヨガ教室



日時：R6年10月19日(土)
10時～11時

場所：東俣野中央公園
空の広場

※雨天時はレストハウス内で行います

対象：30代～50代位まで

参加料：無料

定員：10名(先着順)

申込：お電話または公園窓口にて
9時～17時まで

電話 045-852-5432

持ち物：ヨガマット(貸出可)
飲み物・帽子やタオル
等の日射対策用品
動きやすい服装



インストラクター
Sayaka 先生
RYT200 全米ヨガ
アライアンスインストラクター
お家ヨガ、サンライズピーチヨガ
などやっています♪

お友達誘って
ご参加くださいね♪
おひとり様でも
大歓迎です！



公園イメージキャラクター
ひがしちゃん