

風を感じながら心と体のリフレッシュ

青空ヨガ

日 時：令和7年11月8日(土)

10時開始(11時頃終了予定) ※雨天中止

集合場所：小雀公園ため池前 (神明広場で開催予定)

参加費：無料

定 員：10名

申 込：10月11日(土)から10月31日(金)までに
電話か公園窓口でお申し込みください

TEL 045 - 853 - 1945

持 ち 物：ヨガマット、タオル、飲み物など

ヨガマットのレンタル希望の方は、申し込み時にお伝えください。

ヨガは血行を促進して
肩こりや腰痛などの
体の不調を整えるカブ！



ゆるやかな動きと
自然のパワーで
心身をリラックス！

未経験者、
初心者歓迎！