

都田公園ヨガ教室

都田公園 運動広場で、ヨガ教室を行います！

芝生の上で太陽の光を浴びながら体を動かしましょう！

申し込みは 9月19日(土)～10月3日(土)まで受付！

やさしめ

【ファミリーヨガ】

2人でやるヨガ。親子やご夫婦、お友達と！

〈日程〉10月11日(日) ※雨天中止

〈時間〉11:00～12:30

〈定員〉先着 15組

〈参加費〉1組 500円

〈注意〉レジャーシートやヨガマット等、敷物をご持参ください



運動広場

新型コロナウイルス感染症・熱中症対策として、以下の事にご協力ください。

・体調が悪い方は、参加をご遠慮ください。

例) 発熱や咳など風邪の症状

だるさや味覚・嗅覚の異常

新型コロナウイルス感染症と診断された

方との濃厚接触、過去14日以内に入国制限

などがされている地域への渡航または在

住者との濃厚接触

・マスク着用での来園

(運動中は適宜外して構いません。)

・帽子などの頭部への直射日光を遮るものや、水分の持参

その他、貸し出し用マットの消毒などの対策を適宜取らせていただきます。

※ 公園内へ、犬猫などペット類の入場はできませんので、ご了承下さい。

ふつう

【フィットネス教室】

大人用の、本格的なヨガ教室

〈日程〉10月12日(月) ※雨天中止

〈時間〉11:00～12:30

〈定員〉大人 先着 15名まで

〈参加費〉1回 500円

〈注意〉ヨガマットをご持参ください
※200円でマットの貸し出しあり

