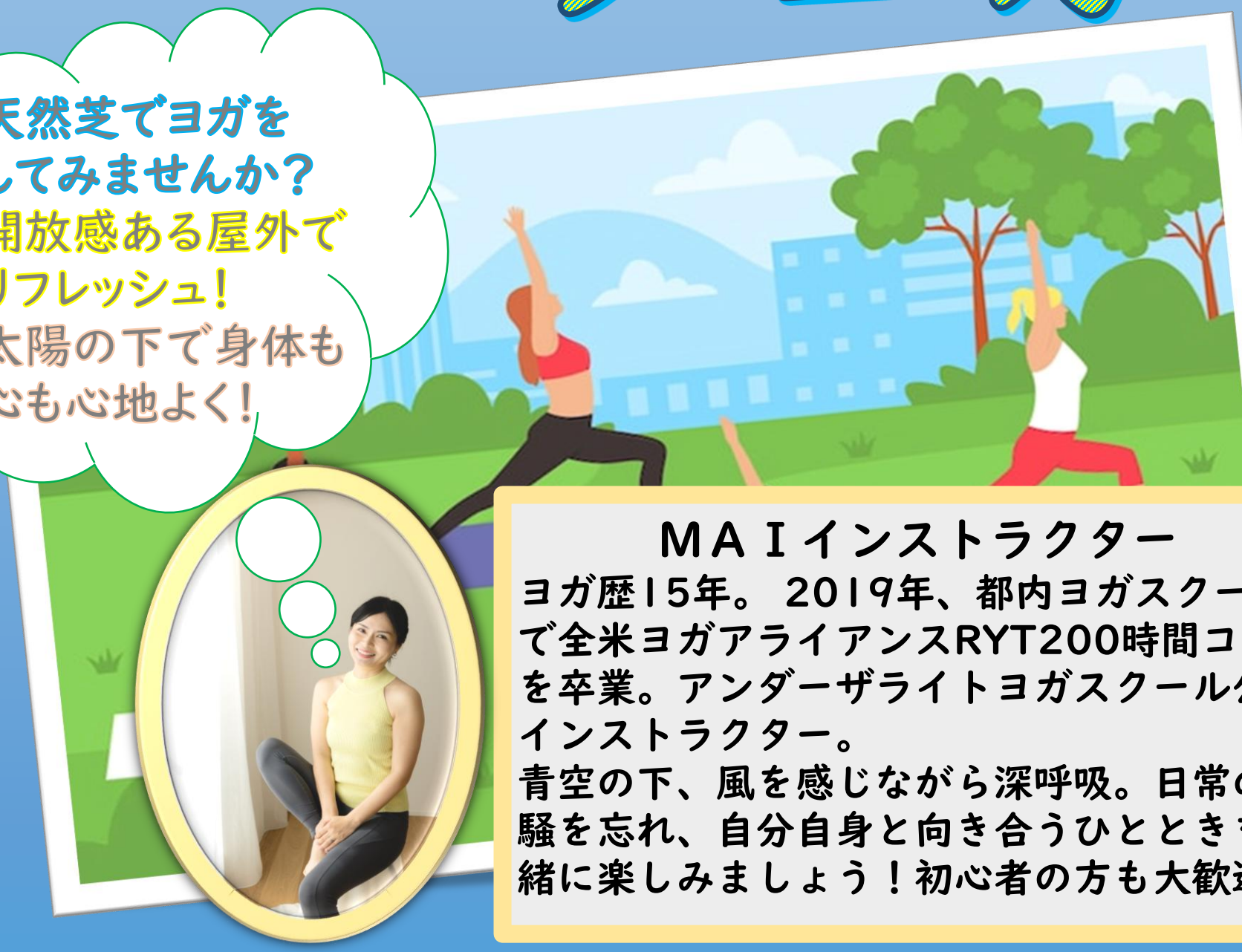
パークヨガ

天然芝でヨガを
してみませんか？
開放感ある屋外で
リフレッシュ！
太陽の下で身体も
心も心地よく！



ＭＡＩインストラクター

ヨガ歴15年。 2019年、都内ヨガスクールで全米ヨガアライアンスRYT200時間コースを卒業。アンダーザライトヨガスクール公認インストラクター。
青空の下、風を感じながら深呼吸。日常の喧騒を忘れ、自分自身と向き合うひとときを一緒に楽しみましょう！初心者の方も大歓迎！

＜日にち＞ 5/10（土） 6/14（土） 9/13（土）
10/11（土）11/ 8（土）12/13（土）
＜時　間＞ 9:30～10:30 雨天中止
＜会　場＞ 稲城中央公園総合グラウンド
＜対　象＞ 16歳以上
＜参加費＞ 800円（当日現金）
＜定　員＞ 16名(申込順)
＜持ち物＞ 飲み物、タオル、ヨガマット（100円で貸出有）

申込はこちら
実施日の前月1日
より申込受付開始

稲城中央公園総合グラウンド
指定管理者：みんなで彩る稲城のまち共同事業体
構成企業：株式会社ギオン
お問合せ：０４２－３７９－２０２６