

朝 YOGA

朝 6:15~受付

【事前申込み】

【鐘木地区 花見広場】

8月 5日(日)

【女池地区 水辺の広場】

8月19日(日)

時間 朝 6:15~受付 (朝 6:30~イベント開始 ~8:00 イベント終了)
※小雨決行。悪天候により延期または中止の場合は朝 5 時 30 分までに公園ホームページや Facebook にてお知らせいたします。また希望者のみ朝 5 時 30 分以降にお電話いたします。

講師 壺内 梨絵氏 (全米ヨガアライアンス認定インストラクター)

定員 20名程度

服装 動きやすい服装

持ち物 タオル・飲み物・ヨガマット (数に限りがございますが貸出用マットもございます)
・日焼け止め等の紫外線対策・蚊等の虫除け対策・熱中症対策など

申込み 025-284-4720 までお電話ください。

