

はじめての 青空ヨガ教室

深い呼吸とゆっくりとした動きで、からだも心もリラックス。
青空の下で、からだを気持ち良く動かしませんか？



講師
おうちエクササイズ KeiRusiedutton
代表：福嶋 景子
(タイ式ヨガルーシーダットンインストラクター)



日時：2022年3月26日（土）
10：00～11：00
※雨天延期（4月2日（土）開催時間は同上）

場所：八千代総合運動公園芝生広場
対象：中学生以上
費用：500円（保険代込）
定員：30人（先着順）
持ち物：ヨガマット・動きやすい服装
タオル・飲み物



お申し込み

2月16日（水）
9時受付開始

お電話または
公園管理事務所にて
☎047-406-3010

指定管理者 株式会社サンワックス

八千代市から承認を受け、指定管理公園の維持、管理をおこなっている会社です。

八千代総合運動公園管理事務所
八千代市萱田町253
047-406-3010
<https://yachiyo-park.jp/>

