

第2回

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？



Yacchi

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5月14日（土）

5月27日（金）

10：00～11：00

※雨天延期（両日6月3日（金）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

参加費：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：4月16日（土）9時受付開始



お電話または公園管理事務所に
☎047-406-3010

八千代総合運動公園
園内マップ



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/>



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。