

参加無料

いきいきヨガ体験教室

～ 港南緑水公園の芝生の上で～



日時：令和7年10月19日（日）

午前10時～11時（雨天中止）

【身体も心もスッキリとクリアに】

日常生活にヨガを取り入れると身体が整い、呼吸が深くなり、心も安定してきます。ヨガ未経験の方も気楽に参加していただける内容であることがモットーなので、どなた様も安心してご参加くださいね！

場 所 港南緑水公園 原っぱ広場

募集人数 先着8名

申し込み 参加をご希望の方は事前に
下記管理事務所までお申し込みください



講師：ささき まゆみ先生

- ・ヨガインストラクター/整体師
- ・ヨガ指導歴14年



動きやすい服装で
飲み物持参にてお越しください
ヨガマットはこちらで用意します

お申し込みはこちら

港南緑水公園管理事務所

☎ 080-4389-1044



HP



Instagram



X (旧Twitter)