

# 青空ヨガ教室

ヨガに興味のある方、ヨガが初めての方、男女問わず  
ポーズの完成形にとらわれない優しいヨガでリラックスしましょう

参加者  
募集



## お申込開始日

8月12日（火）9:00～

ユメックスアリーナ受付または  
お電話でお申し込みください

- 日 時 9月13日（土） am8:30～9:30
- 場 所 ユメックスアリーナ トレーニングルーム横ウッドデッキ  
\*雨天時はサブアリーナで行います
- 受講料 550円（税込／損害保険料含む）
- 持ち物 動きやすい服装、ヨガマット、飲み物、タオル  
(ヨガマットがない方は申込み時にお申し出ください)
- 定 員 30名
- 対 象 18歳以上の方

## ユメックスアリーナ（塩尻市総合体育館）

〒399-0704 長野県塩尻市広丘郷原1657-2

電 話 0263-52-3800 営業時間 9:00～21:00

休館日 毎月第1、第3火曜日（火曜日が祝日の場合その翌日）



主催 ミズノ・アシスト&ソリューショングループ



ホームページ 公式Instagram

2025年7月17日