

～ 朝の心地よい風を感じて心と体をリラックスさせませんか！～

# 青空ヨガ教室



初めての方でも簡単！

## イベント詳細

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：サブアリーナ)

日時：5月25日(土)  
8:30～9:30

受講料：550円(税込・傷害保険料含む)

対象：18歳以上の方

定員：20名(先着順)

持ち物：動きやすい服装、ヨガマット、飲み物  
※ヨガマットがない方は、申込時にお伝えください

## 講師紹介



KIYOMI

ヨガ  
インストラクター

申込開始日

4月8日(月) 9:00～

ユメックスアリーナ  
受付または電話で  
お申し込みください

※お申込みの際にご提出いただく個人情報は、厳重に管理いたします。  
当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますのであらかじめご了承ください。



ユメックスアリーナ  
(塩尻市総合体育館)  
TEL: 0263-52-3800



〒399-0704 塩尻市大字広丘郷原1657-2  
<https://shisetsu.mizuno.jp/7629>

●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)  
年末年始12/29～1/3