

夏の疲れをとり、カラダを自覚めさせましょう！

青空ヨガ教室



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：9月19日 (月) 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、飲み物、タオル、
ヨガマットまたは大きめのバスタオル

講師紹介



田中 花
(たなか はな)

NPO法人
CFM実行委員会理事

申込開始日 9月7日 (水)

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。

※新型コロナウイルス感染症の影響によりイベントが中止となる場合があります。
※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が、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