

～ 夏の疲れを癒し、秋に向けて身体と心を整えましょう！～

青空ヨガ教室



初めての方
でも安心!

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21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：25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

8月8日 (木) 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しからずご了承ください。



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