

やっぱり外は  
気持ちいい!

# アウトドアヨガ in きらら

日時

10月24日(土)  
10時～11時

受付開始  
9時30分

会場

山口きらら博記念公園  
スポーツ広場

雨天中止

初めての方  
でも  
大丈夫!

参

加

者

募

集

定員に限りがございます。お早めに!

アウトドアヨガ

先着100名

はじめての方も慣れている方も一緒に屋外(天然芝)で  
ヨガを楽しみましょう!



対象:16歳以上(中学生可)

お持ち物:ヨガマット、タオル、飲み物  
(大判のタオル、レジャーシート可)

講師:沼 良枝

同時  
開催

ミズノ流忍者学校

先着20名

忍者学校とは・・・

36種類の基本動作を取り入れた「遊びプログラム」です。  
忍者になりきって運動の潜在能力を引き出そう!

対象:年中～小学校3年生

お持ち物:動きやすい服装、飲み物

当日、プロモーション映像の撮影を実施いたします。  
ご理解・ご協力の程宜しくお願いいたします。



料金

ヨガ  
1人1,500円(税込)

ミズノ流忍者学校  
1人1,000円(税込)

ヨガ+ミズノ流忍者学校  
セット  
料金 2,000円(税込)

申込

メール、電話または来園にてお申込ください \*お電話での予約受付時間は、9:00～21:00です  
メールの場合、下記必要事項を入力し、yamaguchi@kirara-memorial-park.jp までお送りください

屋外ヨガ:① 氏名 ② 電話番号

忍者学校:① 氏名 ② 学年と年齢 ③ 電話番号

お申込み  
お問合せ

山口きらら博記念公園

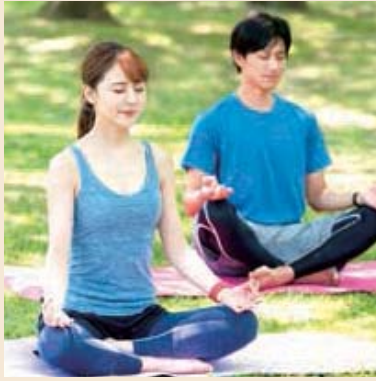
✉ yamaguchi@kiraramemorial-park.jp

☎ 0836-65-6903

山口きらら博記念公園

検索

屋外でヨガを  
行うことで…



空・風・太陽など  
自然と触れ合うことで  
リラックス効果を  
期待できます



限られたスペースでなく  
広々とした空間で  
周りを気にせずに  
ヨガに集中できます。



屋外でのびのびと  
体を大きく動かすことが  
できます。

## 《ご 案 内》

- ・当日は、9:30 より受付を開始いたします。
- ・雨天中止 また 前日天候で会場が使用できない場合は中止となります。  
中止のご案内は、前日土曜日 18:00 前後 または 当日の 7:30 前後に 山口きらら博記念公園の  
ホームページおよびSNSでご案内いたします。
- ・イベント実施中、天候不良にて継続が難しいと判断された場合、中止とさせていただきます。  
(途中中止となった場合は参加料金については開始から30分以上経過した場合ご返金致しかね  
ますので予めご了承ください。)
- ・参加料金は、参加当日受付時に現金のみにてお支払いとなります。
- ・熱中症予防の為、こまめに水分補給をお願いします。

ご参加の際には、感染症対策にご協力ください。

- ・参加当日は事前に運動しやすい服装に着替えてお越しく下さい。
- ・ご来園前にご自身で検温のうえ、発熱・咳・鼻水その他体調不良の方はご来園をお控えください。

## 《山口きらら博記念公園へのアクセス》

### ■ 車でご来園の場合

- 広島方面より  
山陽自動車道「山口南I.C」から20分
- 福岡方面より  
山陽自動車道宇部下関線経由  
山口宇部道路「阿知須I.C」から10分

### ■ 公共交通機関でご来園の場合

- 電車の場合  
山陽新幹線新山口駅よりタクシーで15分  
JR宇部線阿知須駅より徒歩約30分
- 飛行機の場合  
山口宇部空港よりタクシーで120分  
山口宇部空港よりJR宇部線草江駅乗車、  
阿知須駅下車

