

2023 07.02 SUN

朝日を浴びて心も身体も整えませんか？

## 早朝ヨガ

8:30 ~ 9:30

受付開始 8:00 (雨天時はドーム開催)

やまぐち富士商ドーム 軒下

※月の海側軒下での開催です。詳しくはHPをご覧ください。

おひとり 1,500 円  
◎イベント当日、受付にてお支払いください公園 HP 内の申込フォームよりお申し込みください  
申込期間 2023 年 6 月 1 日～事前予約  
先着 30 名藤井 弘美 先生  
きららで【きららヨガ教室】を開催中◎

ご予約

事前予約  
先着 30 名公園 HP 内の申込フォームよりお申し込みください  
申込期間 2023 年 6 月 1 日～タオル、水分補給ドリンク  
\*ヨガマットはご準備いたします

講師

講師

沼 良枝 先生  
きららで【かんたんヨガ & ストレッチ教室】を開催中◎ヨガに興味のある方  
\*怪我、妊娠されている方はお控えください。

持物

持物

タオル、水分補給ドリンク  
\*ヨガマットはご準備いたします

対象

対象

ヨガに興味のある方  
\*怪我、妊娠されている方はお控えください。

★見守リストラッフ付きキッズスペースもあります！ 年少～小学1年生が対象です。

