

スポーツ教室紹介

MIZUNO SPORTS SCHOOL

体調や年齢に応じて全身のバランスを整えましょう！

ヨガ教室



新規受講生大募集！

- 場所** カルチャーセンター 研修室
- 日時** 木曜日(月3回) 10:15~11:45(1.5h)
- 受講料** 月謝 ¥3,400円(税込)
- 対象** 高校生以上(初心者大歓迎)

＊トレーナー紹介



舟越 みわ
(フナコシ ミワ)

<持参物>
運動できる服装・バスタオル・水分補給用ドリンク
ヨガマット(無料貸し出し有)

◎目的と効果
ヨガは世界最古の健康法と言われ、運動と呼吸法を組み合わせる健康法です。隅々の筋肉を動かすことにより血行改善、筋肉・内臓強化、精神安定などに働き、自然治癒力を高めます。また、ヨガは年齢に関係なく楽しんでできる健康法です。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、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。

お申込み・お問合せ先

〒728-0016 三次市四拾貫町神田谷
広島県立みよし公園

広島県立みよし公園指定管理者 みよし よくばりパークパートナーズ

TEL (0824)66-3366 FAX (0824) 66-3370

<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7102>

開館時間・・・9時~21時 受付・・・9時~20時

休園日・・・毎週水曜日(水曜日が祝日の場合はその翌日)



広島県立みよし公園
LINE
はじめました。

県立みよし公園
ホームページも
チェックしてね♪



友だち追加 から
QRコードを読み込み

広島県立みよし公園

2021年
10月

★公園だより★

みよし青空マルシェVol.7

10月10日(日) 10:00~15:00

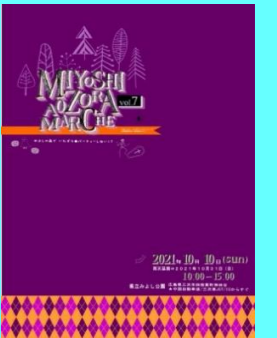
雨天・状況延期 2021年10月31日(日)



- ★フードブースとキッチンカー
- ★ワークショップ
- ★ウォークラリー etc



仮装での参加大歓迎



ガーデニング教室

2021年10月18日(月)

テーマ: ハロウィンガーデン

- ・時間 13:30~15:00
- ・参加費 お一人様3,000円(税込)
- ・定員 10名



交通のご案内



《バス》

みよしじゅんかんバス「畠敷線」で
三次駅より20分(みよし公園下車)
備北交通バス(三次~庄原・西城行)
「上四拾貫」バス停から徒歩5分(約500m)

《タクシー》

「三次駅」から5.5km(約10分)

《車》

尾道松江自動車道三次東I.Cから約3分