

やっぱり外は気持ちいい！
満月ヨガ

**参加費
1,200円**



写真はイメージです。



講師：なお

※カラダづくりヨガ担当
産後ママのためのピラティス担当

参加者募集中！！

場 所	メインスタジアム
日 時	2026年9月27日(日) 18:00～19:00
受講料	1,200円/回(税込) ※定員20名
対 象	中学生～一般大人まで

<ご案内>

- ・お持ち物：マット(お持ちの方)、タオル、飲み物等をご準備いただきご参加ください。
- ・参加費はメインスタジアム受付にて当日のお支払いになります。
- ・参加お申し込みはお電話または管理事務所にてお願いいたします。
- ・雨天の場合は室内へ変更となる場合がございます。変更のご案内は、ホームページ及びお電話にてご案内いたします。
- ・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。
- ・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ださい。
- ・こまめに水分補給をお願いします。
- ※5名以上からの開催となります。
- ※開催日の前日までにお申し込みをお願いします。

*** 内容**

☆9月27日はハーベストムーン
(収穫月と言われる満月の日)

満月は達成と感謝の象徴とされ、これまでの努力と成果を受け取り、不要なものを手放すのに良い日であると言われています。

ぜひこのタイミングで
ヨガに参加し、心と身体を
整えましょう！



Balcom BMW 広島総合グランド
TEL : 082-231-3077

〒733-0036 広島市西区観音新町2-11-124
<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7103>

- 営業時間 3月～10月 7:00～21:30
11月～2月 7:00～18:30
- 休場日 年末年始(12/29～1/2)
臨時休場日あり