

# ミラタップパーク芦屋 各種教室

# 受講生募集中!!

## ノルディックウォーキング教室

定員  
15名



体幹とインナーマッスルをよく使います。歩行姿勢が良くなり代謝も免疫もアップ!

- 藤川 真司 (日本ノルディックウォーキング協会認定マスタートレーナー)
- 木曜日 10:00~11:30 ※7.8.9月 水曜日 16:30~18:00
- 第2・4水曜日 13:30~15:00
- 1,100円(税込)/回 ポールレンタル有り 550円(税込)

## 気功教室

定員  
10名



深い呼吸でゆっくり動き、心も身体もリラックス。長い歴史に選び抜かれた健康法です。

- 谷田 順子 (NPO 法人日本健身気功協会理事)
- 月曜日 10:00~11:30
- 1,220円(税込)/回

## ヨガ教室

定員  
10名



緑豊かな空間で心身共にのびのび解放しましょう。呼吸も深まり、不調知らず! ファミリー参加也大歓迎!

- 天生 由記子 (ワナカムヨガスクールティーチャートレーニング修了)
- 土曜日 10:30~12:00
- 中学生以上 1,870円(税込)/回 小学生 990円(税込)/回
- 回数券 10回綴り ※最大半年間利用可能
- 中学生以上 15,400円(税込) 小学生 8,800円(税込)

## 園芸講習会

定員  
15名



初めての方でも安心! 癒しや彩りを与えてくれる『緑』をご自身の作品で暮らしに取り入れてみませんか?

- 前田 典子、佃 隆子
- 月4回~6回 10:30~12:00/13:30~15:00
- 700円~3,200円(税込)/回

年間を通して様々なジャンルの  
イベントや教室を開催しています

5月 春の大園遊会

8月 星空映画会

10月 オータムフェスタ

11月 芦屋ユナイテッドリレーマラソン

年5回 親子工作教室

年3回 ミラキッズ学童保育

お問合せ・お申込み

0797-38-2103

メールアドレス: ashiyasogo@mizuno.co.jp

受付時間

9:00~19:00

ミズノ ミラタップパーク芦屋

検索



ミラタップパーク芦屋公式  
LINE アカウント・Instagram  
施設の空き状況・イベント情報を  
配信していきます。是非、登録ください。

ミラタップパーク芦屋(総合公園) 指定管理者

(ミズノ・芦屋市スポーツ協会・理研グリーン共同体)

〒659-0034 兵庫県芦屋市陽光町 1-1

教室を利用の方のみ 駐車場代無料

