

サンセットヨガ

ご家族やお子さま、ご友人と一緒に、もちろんお一人でも楽しんでいただけるヨガです！夕日を背景に虫の音が聞こえる親水公園で、日頃の運動不足とストレスの解消と疲れた心身をリフレッシュしませんか？
老若男女問わず、どなたでも楽しんでいただけます。
皆さまお誘い合わせの上、是非ご参加ください。



募集要項

日時：令和2年10月24日（土） 16:00～17:30

※天候やコロナウィルスの影響により日程変更・中止になる場合がございます。
予めご了承ください。

場所：野洲川親水公園 「芝生広場」

※雨天時は総合体育館 大アリーナで行います。



参加費：500円（保険料含む）

レンタルマット：300円（先着順、数に限りがございます。）

定員：30名

対象：幼児～大人 ※未就学のお子さんは保護者同伴



講師：細居 七美（全米ヨガアライアンスRYT200取得）

持ち物：飲み物、タオル、ヨガマット・レジャーシートなどの敷き物

申込日：前日（10月23日）までにお申し込みください。

申込方法：別紙申込用紙に必要事項をご記入の上、
総合体育館受付までご提出ください。



備考：動きやすい服装でお越しください。

また夕方の寒暖差が予想されます。当日の天候・気温に合わせた服装など各自でご準備ください。