

つきさむ パーク ヨガ

** 日にち **

8月10日（木）・9月7日（木）・9月28日（木）・10月5日（木）

** 時間 **

10時30分～12時

** 場所 **

月寒公園 歴史の森または多目的広場（豊平区美園11条8丁目）

※詳しい場所は、申込時にお知らせします

** 参加費 **

大人（高校生以上）500円/回 ・子ども 200円/回

** 講師 **

みなご先生（8月10日・9月7日担当）

西潟 すみよ先生（9月28日・10月5日担当）

** 持ち物 **

参加費・飲み物・動きやすい格好・タオル

※ヨガマットは貸出あります。

マットをお持ちの方はご持参ください。

※パークライフセンター内で着替えが出来ます。

※悪天時は、パークライフセンター内で実施します。

** お申込み **

①氏名 ②電話番号 ③希望の日にち ④大人/子どもをメールにて、tsukisamu@sapporo-park.or.jpまでお送りください。

** お問い合わせ **

月寒公園パークライフセンター 818-3150

<http://sapporo-park.or.jp/tsukisamu/>

緑の香り、風の音・・・
木陰でゆったり
ヨガを楽しんでみませんか？

