

初心者さん大歓迎!

春のお花見ヨガ教室

4月25日(木)

12:00~15:00

(受付:12:00)

(南長野運動公園体育館にて
受付を行います)

参加費
¥1,000

(当日現地清算・現金のみ)

ヨガ教室・昼食代
を含みます



12:30~

お花見ランチ

ブライツ信州/安楽院グループが提供するお花見弁当です。冠婚葬祭料理を作る一流シェフの手作り弁当をぜひご賞味ください。

13:00~

お花見ヨガ教室

インストラクター
橋詰 敬子 (ヨガ指導歴15年)

アシタンガヨガに魅了されヴィンヤサスタイルを取り入れたクラスをしています。スポーツクラブ、学校、公民館などで活動中。



持ち物

- ・ヨガマット又はバスタオル
- ・動きやすい服装

※ご不明点は、ご予約時にお問い合わせください。

会場

南長野運動公園
(長野市篠ノ井東福寺320)

- ヨガ教室は芝生エリアで開催 -



ご予約

026(293)4048

申し込み〆切 4/18(木)