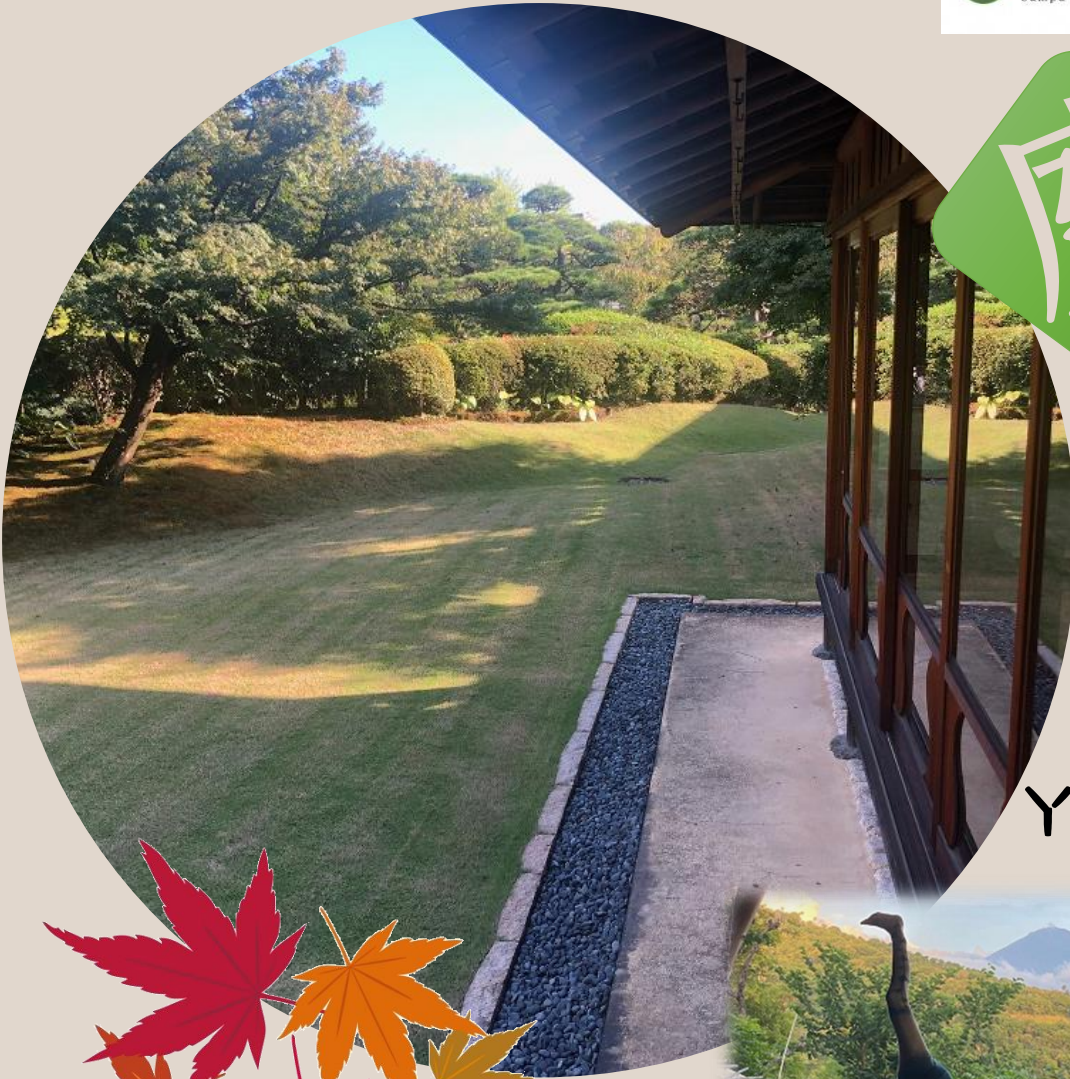




ヨガ

Yoga



講師: Misako

日時

2023年10月27日(金)
18:30 ~ 19:30

会場

駿府城公園 紅葉山庭園 茶室(庭)

募集人数

15名 ※中学生以上

参加費

1,000円

申込方法

ホームページまたは 往復はがき (1枚につき2名まで応募可)

氏名・住所・年齢・連絡先・緊急連絡先(本人以外)を明記の上下記住所へ郵送
〒420-0855 静岡市葵区駿府城公園1-1 坤櫓施設管理事務所 ヨガ係

持ち物

ヨガマット(タオル不可)、着替え、靴下、飲み物等 ※ヨガマットレンタル有り 500円

講師プロフィール

・日本チャクラワーク協会認定インストラクター
他 Heart of yoga 陰ヨガ シニアヨガ等
・自身の病をきっかけに yoga や様々な食のスタイルと出会い、yoga と「ゆるベジ食」(野菜を中心に、お肉もお魚も頂く、五感で楽しむ食ライフ)を広める活動をしている。

主催：駿府城公園ランドマーク共同事業体(指定管理者)

お問合せ：駿府城公園坤櫓管理事務所 TEL054-266-7205(月曜休館日)

静岡の中心市街地にありながら 街の喧騒から離れられる場所 駿府城公園
その中にある 紅葉山庭園茶室の庭で 心穏やかな時間を過ごしませんか?