

茶室で心と身体を調える
ヨガ

日時：2026 年 12 月 13 日（日）
10：00～11：30



場所　紅葉山庭園　茶室
対象　中学生以上 20 名　（多数抽選）
参加費　2,500 円
（点茶体験付）

講師　　牧野智美

講師紹介
市内のスポーツジムや交流館にて、ヨガなど運動指導を行っています。
初心者から経験者まで、一人ひとりに寄り添ったレッスンを心がけて
います。心と身体を調え笑顔になれる時間をお届けします。

申込み　①駿府城公園公式ホームページ（QR）
②往復はがきに必要事項明記し下記送付先まで郵送
（住所・氏名・年齢・電話番号・ヨガマットの有無）



【送付先】 〒420-0855　静岡市葵区駿府城公園 1-1
駿府城公園　「茶室で心と身体を調えるヨガ」宛
申込期限：2026年 12 月 05 日（必着）

■お問合せ　駿府城公園ランドマーク共同事業体
TEL　054-251-0016（9時～17 時　月曜休館）