

Tsukisamu Park Yoga

パークヨガ in 月寒公園

月寒公園でヨガをしませんか。外で行うヨガは風が取りぬけてとても気持ちが良いです。
葉っぱのそよぐ音や鳥が鳴く声を聞きながら、ゆったりヨガを楽しめます。



令和元年6月20日(木)

7月4日(木)

7月18日(木)

8月8日(木)

9月19日(木)

各回とも 10:30 ~ 12:00

持ち物

- 飲み物・動きやすい格好・タオル
- ※ヨガマット無料貸出有。
- 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可。
- ※悪天時はパークライフセンター内で実施。

参加費：大人 500 円 / 回 (高校生以上)・子ども (小学生以上) 200 円 / 回

集合場所：月寒公園 歴史の森または多目的広場

※詳しい場所は、申込時にお知らせします

講師：りょうこ先生 (6月20日、7月4日、9月19日担当)

みなこ先生 (7月18日、8月8日担当)

申込：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。

こどもが居ても・・・ 

3歳以上の未就学児を連れて
の参加が可能です

※ご自身でお子さんを見守りながらの
参加となります

主催：月寒公園パークライフコンソーシアム

問い合わせ先：月寒公園パークライフセンター

電話：011-818-3150

HP：<https://tsukisamu-park.jp/>