

# 《《ととのえヨガ ビジター受講のお知らせ》》

・ 5月18・25日

・ 6月8・15・22・29日

・ 7月13・20・27日

・ 8月24・31日

・ 時間：10：00～11：00

・ 場所：愛野公園 弓道場

・ 料金：1回500円（何回でも受講可能）

・ 持ち物：ヨガマット/タオル/飲み物



## Instructor profile

\* Name: ゆかり

\* ハタヨガ・たまごブロック・陰ヨガ・インサイドフローなどヨガ講師  
\* ホットヨガスタジオLAVAにて8年間講師を務める。店長時代は全国最優秀店舗、顧客満足度全店1位などを受賞。2019年には、トップインストラクターとして全国でクラスを開催。出産を経て独立し、現在は磐田市・浜松市・愛知県を中心に活動中。

**お申込みは参加日前日の  
17時15分まで**

袋井市スポーツ協会スポーツプログラム

令和5年10月～3月(全15回)後期受講生募集予定

木曜

10：00～11：00 「ととのえヨガ」会場：愛野公園弓道場

自然豊かな愛野公園の弓道場にて、ヨガにふれてみましょう！非日常的な空間で、自分を癒す1時間を過ごしませんか？

問合せ先・申込窓口

公益社団法人袋井市スポーツ協会

・ さわかアリーナ事務局 TEL：0538-42-1920

・ 愛野公園 TEL：0538-43-1900