

開放的な屋上で行う

YOGA

10/22^土・23^日

10:00 START(45min)/4名

13:00 START(45min)/4名

15:00 START(45min)/4名

雨天の場合は、室内にておこないます。

屋上がヨガスタジオに!

講師：高橋詩織さん(某スポーツジムインストラクター)

心と体に効くいやしのヨガ体験受付中



シンプルなポーズと呼吸で自分の体にゆっくり向き合う時間。

年齢、性別、運動能力に関係なく、
初めての方でも安心してご参加いただけます。

開放的なモデルハウス屋上スペースで、
やさしくゆっくり整ってみませんか?

もちもの

- ▶ ヨガマット (ある方はご用意ください)
- ▶ タオル ▶ 飲み物 ▶ 動ける服装

備考

- ※定員になり次第申込締切となります。
- ※お着換え場所ご用意あります。
- ※シャワー室はございません。



現地までの案内に便利
スマホナビ
現在地～現地までの
ナビを確認いただけ
ます。(※位置情報をON
にしてください)

カーナビで/
沼津市西添町20-6付近

お子さまには
ジュースと
ハロウィンお菓子
プレゼント!

昔懐かしの
瓶ジュースを
片手に楽しんで
下さい!