

芝生広場 de YOGA

10月3日(日)・10月10日(日)



10月3日講師
小池 真由美 氏
アピ アスポーツクラブ
ヨガインストラクター

10月10日講師
村井 洋子 氏
アピ アスポーツクラブ
ヨガインストラクター

【会場】 とやま健康パーク・芝生広場(雨天の場合は屋内第一研修室)

【受付場所】 生命科学館・屋外広場側入口(雨天の場合は屋内第一研修室前)

【参加費】 **各500円** *友の会会員(個人・団体) **各400円**(割引価格)

参加費は当日受付でお支払いください。(できるだけ釣銭がないようお願いします)

***参加者には健康スタジアム「3時間利用半額チケット」を1枚進呈します。**

【実施時間】 9:30～受付・体調チェック 10:00～11:10 ヨガ

【定員】 各定員30名(先着順)

【内容】 **芝生広場 de YOGA**

自然の空気や音を感じ、開放的なのびのびとしたヨガを体験します。

【備考】 ・動きやすい服装で、ヨガマットは準備しています。(自身のマットを持参されてもよろしいです)

・水分補給・タオル等をご持参ください。

・雨天及び悪天候の場合は屋内第一研修室(2階)で開催いたします。

・感染防止対策として参加者の方には、検温・体調チェック、マスク着用、手指の消毒をお願いします。

・感染拡大の状況によっては中止する場合があります。

◎お問い合わせ、お申し込みは

 **とやま健康パーク**

協賛:とやま健康パーク友の会

富山県国際健康プラザ(愛称:とやま健康パーク) 〒939-8224 富山市友杉 151 番地

TEL:076-428-0809 FAX:076-428-0831 <http://www.toyama-pref-ihc.or.jp>