

あしや青空 YOGA 2016

人も自然の中の生き物です。
太陽と海、風、青空と共に身体を動かしてみませんか！



日 時 5月8日(日) 午前10時~11時30分(荒天中止)

会 場 芦屋市総合公園球技場(天然芝グラウンド)

対 象 中学生以上 ※ただし中学生は保護者とご一緒に参加してください

参加費 500円(当日会場で徴収いたします)

申込み 申込書(本チラシ裏面)に必要事項ご記入の上ご持参又はFAXしてください
※ホームページ <http://www.mizuno.jp/facility/hyogo/ashiyashisogokoen/> でダウンロード可

問合せ・申込み Tel: 0797-25-2023

Fax: 0797-25-2026

<当日の諸注意>

☆荒天の場合の開催可否は 午前 8時 の天候・芝生のコンディションで決定します。
決定次第、ホームページにてお知らせします。。

☆持ち物は、敷物(ヨガマット、ストレッチマット、バスタオルなど)と、水分(芝生の上は水のみ可: 氷・ペットリツ等不可)をお持ちください。

☆受付は、午前9時30分から競技場北側にて行います。(参加費徴収)

☆参加に際しての体調管理・持ち物管理は参加者ご自身でお願いいたします。

イベント中の急な体調不良などにも主催者の対応は応急処置のみとなります。一切の責任は負いかねますのでご了承ください。

ヨガが初めての方からヨガ上級者の方までどなたでも大歓迎!

あしや青空 YOGA 2016

申 込 書

	お名前	性別	年齢	連絡先	
代表者		男・女			

FAX番号 0797-25-2026

	お名前	性別	年齢	連絡先	保護者
2		男・女			
3		男・女			
4		男・女			
5		男・女			

注) 中学生の方は保護者欄に同伴者の氏名をご記入ください

インストラクター紹介

「Soluna」(岩田 薫・光弘 あや・永里 美穂・天生 由記子)



インストラクターからのお誘い

外が気持ちの良いこの季節、芝生の上で身体も心も伸び伸びと広げてみませんか。
高く澄んだ空を見上げ、深い呼吸を繰り返し身体と心に溜まったコリをほぐしましょう！

ヨガが初めての方からヨガ上級者の方までどなたでも大歓迎！