

Park Fitness 対象プログラム

2020.10.31 (sat) 9:00 ~

目白台運動公園

# 青空 ヨガ



気持ちいい風が吹く芝生の広場でヨガを楽しみませんか？  
初心者の方も安心の内容で、カラダもココロもリフレッシュしましょう！

- 日 時：10月31日（土）9：00～
- 場 所：芝生広場（雨天時は室内で行います。）
- 対 象：どなたでも（小学生以下は保護者同伴でご参加ください。）
- 定 員：15名（先着順）
- 参加費：800円（ヨガマット無料貸出）
- 服 装：ヨガのできる服装（ヨガは裸足で行います。）
- 申込み：参加申込書に必要事項をご記入の上、

目白台運動公園パークセンターへ直接お持ちいただくか、  
電話・ファックスなどでお申込みください。

【お問い合わせ先】

目白台運動公園（指定管理者：目白台運動公園パークアップ共同体）

〒112-0015 東京都文京区目白台1-20-2

TEL: 03-3941-6153 FAX: 03-3941-6159

<https://www.mejirodaipark.jp/>



講師：平岡雅子（ヨガインストラクター）

障害者スポーツ指導員、健康運動実践指導者、  
ヨガインストラクター等の資格を持ち、乳児～中高  
年むけの水泳教や体操教室の指導者として活動。  
また、親子向けのヨガ教室や、親子のイベント・  
体操教室指導など幅広く活躍中。

〈参加申込書〉

|                       |       |   |
|-----------------------|-------|---|
| ふりがな                  |       |   |
| 氏名：                   | 電話番号： | 歳 |
| 備考：ex) お子様連れ、妊娠中 等・・・ |       |   |

- ・お客様から収集した個人情報は「青空ヨガ」における当園からのご連絡のために使用し、目的外には使用することはありません。
- ・収集した個人情報は、厳重に管理し、本人の同意を得ることなく第三者に開示提供することはありません。