

秋空の下、気持ちいい
空気をたくさん吸おう

おひさまヨガ

ハーブティーのサービスでさらにリラックス！
ヨガのポーズで体の芯から温まりましょう
最高の休日をスタートしましょう！

10/14(土)
10/21(土)

※雨天中止

- 集 合 7:50 柏の宮公園内 遊具前
時 間 8:00~9:00 (60分間)
場 所 柏の宮公園 芝生広場 (浜田山2-5-1)
京王井の頭線浜田山駅より徒歩7分
定 員 20名
参 加 費 **無料**
持 ち 物 飲み物、ヨガマットorバスタオル
*動きやすい服装でお越しください
(着替える場所はありません)
*中止の場合・・・
前日の20時までにHPにてお知らせします
お申込みされた方にはお電話にてお知らせします

【お申込み・お問い合わせ】

受付期間 10月1日(日) 11:30~各開催日の前日20時まで
下記の連絡先までお電話にてお申込みください

杉並区の総合スポーツクラブ
~厚生労働大臣認定 健康増進施設・指定運動療法施設~

Vim Sports Avenue®

東京都杉並区宮前2-10-4 (高井戸警察署裏)

《電話番号》 03-3335-6644

《受付時間》 11:00~22:00 ※水曜~18:00/日曜・祝日~20:00

