

ナイトヨガ

第1回・第2回

担当講師

日時：第1回 令和7年7月28日(月)
第2回 令和7年8月7日(木)
19時00分～19時50分

当スタジアムHP「イベント&教室」

からお申し込みください

場所：相模原ギオンスタジアム 天然芝フィールド

※雨天時は会議室

対象：小学生以上の方（小学生は保護者同伴）

内容：夜間、屋外という空間の中で、ヨガのポーズとヨガの呼吸法を習得するとともに、心身のリラックスとリフレッシュを行う。

講師：株式会社ノビテル所属 インストラクター

参加費：各1,300円（各1回分）

定員：各50名（申込順）

持ち物：運動しやすい服装、水分補給用の飲料水、タオル、ヨガマット、ごみ持ち帰り用袋。

相模原ギオンスタジアム

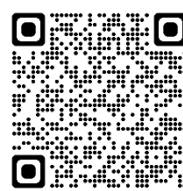
〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088 FAX 042-777-0161

メール asamizo-stadium@dream.jp

HPアドレス <https://a-stadium.jp>

QRコード



広報さがみはら 7/1 号掲載

7月5日 午前8時30分から募集開始