

ナイトヨガ

第3回

日時： 第3回 令和7年8月21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： 株式会社ホテル所属 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.jpn.org>

QRコード



広報さがみはら 7/15 号掲載

7月5日 午前8時30分から募集開始