

ナイトヨガ

第4回

日時： 第4回 令和7年8月25日(月)
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/n.org>

QRコード



広報さがみはら 8/1 号掲載

8月5日 午前8時30分から募集開始