

10/5

sat 10:00 ~ 11:30

親子あおぞらヨガ

木々に囲まれた気持ちの良い空間で
自然との一体感を感じながら
親子でヨガを楽しみませんか



亀塚公園

東京都港区三田 4-16-20

締切 9/27 [fri]

今回の講師

YUMA

全米ヨガアライアンス認定養成講座修了 (RYT200)
JYoga Ed キッズヨガ Pre-K、プロフェッショナルインスティテュート修了
NESTA キッズコーディネーション正式指導者

より多くの子どもやその親世代の方たちが、「普段の生活や人生にさえも楽しさや心地よさを感じられるヨガクラス」をテーマに、大人&子ども向けのレッスンを開催。運動嫌いな子でも楽しめるよう、様々なアクティビティやゲーム要素を盛り込みながら「身体を動かし心を解放する楽しさ」や「ヨガの魅力」を伝えるレッスンを展開。親子で参加できるヨガクラス開催にも精力的に励み、よりヨガが「家族単位で身近に楽しめるもの」になるよう活動中。

持ち物

- ヨガマット or バスタオル
- 飲み物 タオル

服装

- 動きやすい服装

(Tシャツ・ジャージなど)

※公園内に着替えをする場所はありません

募集

15組程度

※大人1名につき子供2名まで
(5歳以下は含めません)



参加費無料!

申込

① WEB 申込フォーム

または

② 下記公園事務所にて

親子あおぞらヨガ



白金台どんぐり児童遊園
管理事務所



公園 HP



主催
指定管理者

株式会社
グローバル

問合せ先 白金台どんぐり児童遊園管理事務所

東京都港区白金台 5-19-1

03-3444-3366