

心も身体もスッキリ！

快適な一日のスタートに。

# 朝ヨガ in 鎌倉中央公園

## 7/28 (土)

8:30 ~ 9:30

鎌倉中央公園 疎林広場にて

参加費無料・申込不要  
直接会場へお越しください。



### 会場案内



- 山崎口から  
農家風休憩舎向かいの山道を登ります
  - 清水塚口から  
バスロータリーから続く園路を登ります
- ※どちらも入口から歩いて10分程度かかります。

講師：平井 佳代子 先生

対象：どなたでも。初心者歓迎！こどもも可（小学1年生以上）

※小学3年生以下は保護者同伴

雨天時：小雨中止

中止の場合は、翌日29日に順延します。

なお、会場のコンディション（前日の悪天候の影響）により中止となる場合があります。

その場合、前日17時までに決定し、HPに掲載します。

持ち物：動きやすい服装で。

ヨガマットなければバスタオル、  
汚れ防止としてヨガマットの下に敷く敷物  
（ゴザ、ピクニックシートなど）、  
タオル、飲み物、帽子、虫よけ

### 【注意事項】

※着替える場所はありません。

※ヨガマットの貸出しはありません。

<お願い>

駐車場の台数に限りがありますので、  
極力公共の交通機関をご利用願います。

お問合せ

(公財) 鎌倉市公園協会

電話 (0467)45-2750 FAX (0467)45-2760  
〒247-0066 鎌倉市山崎1667  
info@kamakura-park.com

当協会 HPはこちら

鎌倉 公園

検索

kamakura-park.com