

ヨガ in 鎌倉中央公園

11/3 土・祝

時間：10：00～11：30

場所：鎌倉中央公園

野外生活体験広場にて

はじめての方も無理なくカラダを動かせるやさしいヨガ教室です。



締切
10/15 必着！

【申し込み方法】

- ①講座名②氏名③住所④年齢
 - ⑤電話番号を明記し、
FAX・メール・もしくは直接管理事務所まで。
- ※抽選の場合、結果は10月末までに郵送にてお知らせします。



講師：平井 佳代子 氏（ヨガ講師、体操指導員）

対象：市内在住の方。こどもも可（小学生以上）

※小学3年生以下は保護者同伴

定員：25名 ※応募多数の場合は抽選

参加費：無料

雨天時：管理事務所2階研修室に場所を変更して行います。

持ち物：温度調節のできる動きやすい服装で。

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

！ 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。
- ※子どもの託児はありません。

お問合せ

（公財）鎌倉市公園協会
〒247-0066 鎌倉市山崎 1667

TEL (0467) 45-2750

FAX (0467) 45-2760

MAIL info@kamakura-park.com info@kamakura-park.com

協会HPはこちら！

鎌倉公園



info@kamakura-park.com