

令和4年度

昨年の秋に

引き続き

# パークヨガ教室



## 桐原公園の野球場で「パークヨガ教室」を開催！

野球場の芝生で身体を動かし、リフレッシュしてみませんか？

ヨガ未経験の方もお気軽にご参加下さい。

ヨガマットをお持ちでない方には無料で貸し出します！



1. 教室名 「パークヨガ教室」
2. 場 所 桐原公園 野球場内 外野芝生 藤沢市桐原町5
3. 日 時 令和4年5月12日(木)・19日(木)・26日(木)  
6月2日(木)・9日(木) 毎週木曜日に5回開催します。  
午前10時00分から11時00分まで(60分間)

※教室開始前に受付します。午前9時50分頃までにお越しください。

※事前申込みで行う全5回の教室ではないので、ご都合の良い日だけご参加下さい。

※屋外開催のため雨天中止

(新型コロナウイルスの影響で急遽中止する場合があります)

※中止の場合は、当日の午前9時までに公園のHPに掲載します。

公園HP URL <https://fujisawa-park.com>



4. 講 師 アート&ハートヨガプラザ TTC 修了講師 井上氏
5. 参加費 1回500円 (当日受付時にお支払い下さい)
6. 服装等 ジャージ等の動きやすい服装  
※芝生の上にヨガマットを敷き、裸足で行います。  
※飲料水や汗拭き用のタオルは各自でお持ち下さい。  
※ヨガマットをお持ちでない方には、当日無料でお貸しします。
7. 申込み 事前の申込みは不要です。参加を希望される方は開始時間までに桐原公園野球場へお越しください。(無料駐車場有)  
※講師が1人のため、先着20人の定員制とさせていただきます。
8. 問合せ 公益財団法人 藤沢市まちづくり協会 公園管理担当  
電話 0466-46-7788 (平日8:30~17:15)  
メール kouen@f-machikyoo.or.jp

● ヨガ教室に参加される方は、新型コロナウイルスなどの感染予防のため、以下の措置にご理解とご協力をお願いいたします。

1. 咳や発熱などの風邪症状が見られる方は、参加をお控え下さい。
2. 受講に際しては、必要に応じてマスクの着用、咳エチケット、手洗い、うがいなど感染症対策の徹底をお願いいたします。
3. 参加当日には、検温と感染防止策チェックシートの提出をお願いいたします。

