

わかやま

# しろまえヨガ

からだところがほぐれる時間

畳の上で最大限のリラックスを

開催場所

和歌山城ホール  
4階和室

定員

先着20名程度

(申し込みフォームの順番で受付)

日時

第1回 令和4年6月9日(木) 18:30~19:30 (受付18:15)

第2回 令和4年7月14日(木) 18:30~19:30 (受付18:15)

第3回 令和4年8月18日(木) 18:30~19:30 (受付18:15)

第4回 令和4年9月15日(木) 18:30~19:30 (受付18:15)

4回以降も、月1回第2木曜日に継続的に開催予定。

※祝日等で予定が変わる場合もありますので、詳しくはクラブのホームページまで。

費用

会員 500 円/回

非会員 1,000 円/回

(入会金 1,000円/年・年度会費 1,200円/年)

CHECK!

申込は  
こちらから!



講師プロフィール

陽加 先生

管理栄養士として働く、ヨガインストラクター。  
健康について、マインドフルネスや食生活に注目し、  
和歌山を元気にしたいという想いで活動している。



@dentoutekina\_yoga

準備物

リラックスできる服装・タオル・ブランケットなど

※ヨガマットは貸し出しますが持参して頂いても大丈夫です。 ※更衣室有り

【主催】わかやまCity Club

【後援】和歌山市

お問い合わせ

わかやまCity Club事務局  
wakayama.sc.d@gmail.com

新型コロナウイルス感染拡大防止対策について

- ・消毒や検温等の体調チェックを行います。
- ・マスクの着用 ※ただし運動中に息苦しい場合は外しても大丈夫です。
- ・その他、行政ガイドラインに準じ運営します。

