

楽農生活 やさしい青空ヨガ



日時: ① 8月11日(木祝) ② 9月8日(木)

各回 10時30分～(楽農カフェ 5cc 横の管理研修棟集合)

場所: 兵庫楽農生活センター 芝生広場、管理研修棟内研修室

内容: センターが一望できる芝生広場で青空・太陽・自然の風を感じながらヨガを行い、心も体もリフレッシュしよう

旬の野菜のお話付き(天候によっては研修室でヨガを行います)

料金: 1,000円

定員: 10名(先着順)

持ち物: ヨガマット(レジャーシートや大きめのバスタオル可)、飲み物、マスク、フェイスタオル、動きやすい服装(寒暖差に対応できる脱ぎ着しやすい服装がおすすめ)

お申込: 開催日の2日前までに電話(078-965-2651)にてお申し込みください



講師
ヨガインストラクター 中塚 瞳美

【申込み・問い合わせ先】
兵庫楽農生活センター

TEL 078-965-2651

〒651-2304 神戸市西区神出町小束野 30-17

開園時間 午前9時～午後5時 水曜日休園

