

青空ヨガ

陸上競技場の天然芝生の上で
ヨガでリラックス!!

場 所： 多摩市立陸上競技場

(多摩市諏訪4-9 多摩東公園内)

※ 雨天時は隣接する武道館で開催します

開催日： 令和6年3月24日(日曜日)

31日(日曜日)

※ 各日、個別申込可能

時 間： 10時～11時(60分)

定 員： 30人(初心者歓迎)

申 込： 事前申込制(先着順)

武道館受付に直接もしくは、武道館へ電話

対 象： 高校生相当以上

持ち物： 動きやすい服装、飲み物、
持っている方はヨガマット

参加費： 500円(各日)

申込開始： 令和6年3月7日(木) 朝10時～

申込・お問合せ 042-371-8421

多摩市立武道館

