

ヨガ（インド伝統ヨガ）教室のご案内

インド伝統のヨガ（アイアンガーヨガ）教室を開催します。

広い芝生広場の中で、気持ちよくヨガのポーズをとり、心と体と呼吸がひとつになるのを感じましょう。書って、ご参加ください。

開催 日：令和 8年11月 3日（火・祝） 10：00～11：00

場 所：瀬戸大橋記念公園 北公園芝生広場

参加 費：無 料

講 師：中西久美先生（アイアンガーヨガ認定指導員）

定員・受付：50 名程度（現地受付を9：30から藤棚付近で行います）

駐 車 場：東駐車場に駐車をお願いします。

お問い合わせ：瀬戸大橋記念公園総括管理

白川、山西、谷本

お申し込み：電話、又はFAXで

氏名、住所、電話番号をご連絡ください。

TEL：0877-45-2344

FAX：0877-45-2419

そ の 他：動きやすい服装でお越しください。

ヨガマットまたはバスタオルをお持ちください。

主 催：香川県造園事業協同組合



雨天の場合は中止とします。

お申し込み：電話、又は下記にご記入いただき FAX でお申し込みください。

番 号	氏 名	住 所	電話番号(自宅・携帯等)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

参加受付：令和8年10月8日から受付します。