

外ヨガ

～天気の良い日は外でヨガをしよう～

実 施 要 項

目 的 仲間と一緒に気軽にできるヨガを通して、日常的な運動習慣の定着を図り、市民の健康づくりに資するとともに市民同士の心のふれあいを広げることを目的とする。

主 催 潟上市教育委員会

主 管 文化スポーツ課

開催期日 令和7年11月2日（日）
（受付9時30分 終了11時30分予定） ※小雨決行

開催場所 グリーンサムの杜 多目的芝生広場

参 加 費 無料

講 師 藤原 亜衣子 氏

募集時期 令和7年10月29日（水）まで

参加にあたっての注意事項 ヨガマットなど、敷物を準備すること。
タオル、飲み物等を持参して参加すること。

申込先及び問合せ先

潟上市教育委員会教育部 文化スポーツ課（TEL018-853-5363）

〒010-0201 潟上市天王字棒沼台 226-1 潟上市役所