

# スマイル 心晴ヨガ!!

～心と身体をリラックス～



ほくと一緒に  
ヨガを楽しもう!!



©松本山雅FC

【日時】 6月9日(日) 8:45～9:45 (受付開始 8:20～)

【場所】 松本市アルプス公園内「家族広場」(松本市蟻ヶ崎2455-11)

【講師】 KIYOMI

【定員】 50名 (※未就学児は含みません)

【参加費】 大人1,000円 小・中学生500円 (※未就学児は無料)

【持ち物】 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、タオル

※ヨガマットレンタル 100円

数に限りがありますので、出来る限りご持参下さい。バスタオルでも代用可能です

雨天中止

【駐車場】 南入り口駐車場 (※裏面参照)

【応募方法】 事前申込み

下記のTEL、FAX、メールいずれかに参加する方全員のお名前、年齢、ご連絡先をお知らせ下さい

【TEL】0263-34-5640 or 【FAX】0263-34-5641 or 【Mail】info@toybox-net.jp

【応募締切】 6月8日(土)17:00 (※定員になり次第終了)

## 【実施内容】

8:45～9:45 スマイルヨガタイム



9:45～10:15 お楽しみ抽選会&ガンズくんとふれあいタイム

【主催】 TOYBOX アルプス公園サービスセンター

【協力】 総合型地域スポーツクラブskipまつもと、株式会社松本山雅

【協賛】 林檎の湯屋おぶ～

【お問合せ】 TOYBOX アルプス公園サービスセンター

TEL: 0263-34-5640

FAX: 0263-34-5641

Mail: info@toybox-net.jp







# アルプス公園 MAP

## 【実施内容】

- 8:20～ 受付開始
- 8:45～9:45 スマイルヨガタイム
- 9:45～10:15 お楽しみ抽選会&ガンズくとふれあいタイム