

箕面の山で整える心とからだ 秋のはじまり 森ヨガ

政の茶屋園地 もみじ広場で
秋のはじまりを感じながら
ヨガを体験してみませんか！

インストラクターと一緒になので初
めての人でも安心!!

※貸し出し用のヨガマットも
用意しています。



【 日 時 】 **10月17日(土)**

午前10:00～12:00ごろ ※雨天中止

【 集 合 】 箕面ビジターセンター案内所前 9:50

【 参 加 費 】 300円 (ヨガマット貸し出し代、保険料など)

【 申 込 み 】 定員10名 16才以上 **※事前予約が必要**
ホームページ「お申込フォーム」に必要事項を入力して申込ください。

【 持 ち 物 】 動きやすい服装、水筒など



森ヨガ インストラクター
中川 ひろか

- 【問合せ】 NPO法人みのお山麓保全委員会
TEL/FAX: 072-7234-3615
E-mail: yama-nami@yama-nami.net
HP: <http://yama-nami.net/minoh-visitor/>
- 【主催】 箕面ビジターセンター (大阪府北部農と緑の総合事務所)
箕面市箕面1576 ※フリーWi-Fi利用できます。
- 【協力】 Laughter Body Work Base 中川ひろか

