

#10/22 大枝公園

整えて、元気になる

2

DAYS  
通し開催!

2021

#10/1 南港中央野球場



夜 な 夜 な

YOGA

～開放感あるひろい球場内で、整えて、元気になる～

参加特典あり

Day1  
10/1

FRI

OPEN 19:00-21:00

YOGA 19:30-20:30

大阪市  
南港中央野球場で  
ゆったりナイトヨガ

補助灯のやわらかな光



人工芝

Day2  
10/22

FRI

OPEN 19:00-21:00

YOGA 19:30-20:30

守口市 大枝公園  
多目的球技場で  
たのしくナイトヨガ

明るく元気な光



人工芝

講師：May (from May Yoga Studio)

Instagram

@mayyogastudio

健康に関する様々な視点からのイベント・ワークショップ開催などの幅広い活動を通して、ヨガの豊かな恩恵を伝え続けられています。国内の大型ヨガイベントにおいて、呼吸と瞑想にフォーカスしたシンプルで奥深いワークショップが好評です。的確な指導力とヨガ哲学に関する幅広い見識から、海外講師の通訳者としても活躍中!ぜひ、ご来場ください!

WEB



南港中央野球場・大枝公園(2DAYS通し券のみの販売)

1,500円

※「2DAYS」セットの価格です。どちらかのみのご参加でも、参加費は同じです。  
※ご来場の際、マスク着用、手指の消毒にご協力ください。  
※参加費は当日、現金にてお支払いください。  
※ヨガマット、タオル、お水はご持参ください。  
※更衣室はありませんので、動きやすい服装でお越しください。  
※体調がすぐれない方(発熱等)は、ご参加をお控え下さい。

Day1  
10/1 FRI

OPEN 19:00-21:00  
YOGA 19:30-20:30  
☔ 雨天時順延:10/15 FRI

## 南港中央野球場で ゆったりナイトヨガ

#人工芝なので快適  
#ゆっくり呼吸 #整える  
#心地よい時間 #瞑想

やさしい秋の夜風に包まれて、ゆるりと身体を動かすヨガタイム。広い球場で隣の方との距離もたっぷりとり、思いきり手足を伸ばしてみましょう。座位や寝転んで行うポーズを中心に、ヨガが初めての方でも楽しめる内容です。

Day2  
10/22 FRI

OPEN 19:00-21:00  
YOGA 19:30-20:30  
☔ 雨天時順延:11/5 FRI

## 大枝公園多目的球技場で たのしくナイトヨガ

#人工芝なので快適  
#元気が出る #爽快感

暑かった夏の疲れを吹き飛ばすように。しっかり動いて少し汗ばむくらいのヨガの時間。簡単なヨガのポーズをテンポよくたくさん行います。ひとつずつのポーズをキープする時間は少なめで、疲れにくく、充実したヨガが味わえますよ。

**申込み方法** 2DAYセットの価格です。どちらかのみのご参加でも、参加費は同じです。

<b>参加料</b>	1,500円 (税込) ※参加費は当日、現金にてお支払いください。	<b>対象</b>	18歳以上の男女
<b>申込み方法</b>	お電話またはWebからお申し込みください。 南港 06-6614-0549 大枝 06-6991-8200 ※お申し込みの際は①～④をご回答下さい。 ①氏名 ②年齢 ③電話番号 ④参加希望日 (両日or南港or大枝)	<b>WEB予約はこちらから!</b> 南港BTBのWeb「イベント」ページよりお申し込みください。	
<b>持ち物</b>	ヨガマット(バスタオルでもOK)・蓋つきの飲料(水)・タオル	<b>その他</b>	※ご来場の際、マスク着用、手指の消毒にご協力ください。 ※更衣室はありませんので、動きやすい服装でお越しください。 ※雨天の場合、順延となります。当日の12:00に南港、大枝のHPにてご案内します。
<b>新型コロナウィルス感染予防対策について</b>	以下の事項に該当する方は参加の見合わせをお願いします。 ①体調不良の場合(発熱、咳、咽頭痛、倦怠感など) ②同居家族、身近な知人に感染が疑われる方がいる場合 ③過去14日以内に出国制限や入国後の観察期間を必要とされている国への渡航がある ※受付時に検温を実施します。発熱の症状がある方は参加をご遠慮いただく場合がございます。		

**アクセス** ご来場の際は、運動靴など芝を傷つけない靴でお越しください。



ニュートラム「ポートタウン東」駅より、徒歩10分

〒559-0031 大阪市住之江区南港東8-5-132  
TEL:06-6614-0549 (9:00~21:00)  
<https://www.nanko-btb.jp/>



京阪本線「守口市」駅より、徒歩10分  
地下鉄谷町線「守口」駅より、徒歩15分

〒570-0052 守口市松下町1-80  
TEL:06-6991-8200 (8:00~19:00)  
<https://www.oeda-park.jp/>

