

ひろくて快適!



(イラスト/なんのまき)

人工芝、めっちゃ気持ち良い〜!

夜な夜なYOGA

2022
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〜

1回目 守口市大枝公園

雨天時順延: 9/23※ FRI

8/20 SAT

上半身から
美人を
目指す!

ピンポイントで美しさを磨いてみませんか? 大胸筋を鍛えるバスタップポーズをたくさん取り入れ、美しい姿勢・美しい体型を目指します!

※1回目と2回目の雨天順延日は、いずれも9/23となります。万が一両日とも雨天の場合は、1回目のみ9/23に順延、2回目は中止とさせていただきます。

2回目 守口市大枝公園

雨天時順延: 9/23※ FRI

9/10 SAT

眠っている
筋肉を刺激
します!

日々の生活でアプローチできていないお尻・二の腕・背中
の筋肉を刺激! スラッとした体型
を目指します!

3回目 南港中央野球場

雨天中止

9/16 FRI

ヨガビンゴ
で豪華賞品
をゲット!

あなたの姿勢にアプローチ! 肩凝り腰痛に対策にも! 心身整えリフレッシュ! 子ども野球体験コーナーも同時開催決定!! 家族参加も大歓迎です!

ぜひ、
お越し
ください!

フィナーレイベント開催決定!

4回目 守口市大枝公園

10/8 雨天中止 SAT

からだに
いいこと
もたくさん

自分の身体をすこやかに! それぞれにあった健康づくりを体験してみませんか? 当日は様々な「からだにいいブース」を準備します。是非お越しください!

#身体が整う1日になる #すこやか #友達と一緒に
#身体が喜ぶ日に #健康 #瞑想 #家族みんなで

講師 May 先生

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。



Instagram

@mayyogastudio

(イラスト/なんのまき)

お得な割引情報や参加特典情報などを掲載中♪ 10/8(土)はフィナーレイベントとして楽しい事が盛りだくさん! 是非お越しください!

最新情報は特設サイトへ!



<https://yonayonayoga.osgf.or.jp/>