

「芝生の上で、ヨガ&脳トレで朝からスッキリ!!!」

コラボ企画 ヨガ&脳トレ

# Sports 2018 Lounge vol.2



～スポーツ ラウンジ～

「一緒に朝活してみませんか!?!」  
(開催時間6:30~7:30)

## 【コンセプト】

運動「Sports」と、気軽に集まってコミュニケーションをとれる場所「Lounge」の融合☆

## 【コンテンツ】

妙高の自然の中で外ヨガと脳トレのコラボ!

※悪天候の場合は、妙高ふれあいパーク柔剣道場室で行います。

※お時間のある方は、そのまま公園で、おにぎり等持参でおくつろぎください。(8時まで可能)



開催日 : 7月22日(日) 6:30 ~ 7:30

申込方法 : お電話でお申込みください(7月18日〆切)

☎ 0255-82-4400 (妙高ふれあいパーク)

※ 詳しくは、裏面をご覧ください。

Info



NPO法人

ふるさとづくり妙高

妙高市大字米島新田 61 番地 妙高ふれあいパーク内 TEL 0255-82-4400

フェイスブック 又は ホームページ [NPO法人ふるさとづくり妙高](#)で検索

# コラボ企画 ヨガ&脳トレ

## ～ スポーツラウンジ ～

開催日： 7月22日(日)

時間： 6:30 ～ 7:30

会場： 妙高ふれあいパーク ふれあい広場  
(集合場所は、妙高ふれあいパーク 向かって右手側 下駐車場の東屋)  
〒949-2231 妙高市大字米島新田 61

内容： 今回のコラボは「 ヨガ & 脳トレ 」  
※悪天候の場合は、妙高ふれあいパーク柔剣道場室で行います。  
※お時間のある方は、そのまま公園で、おにぎり等持参でおくつろぎください。  
(8時まで可能)

対象： どなたでも

持ち物： タオル、飲み物、レジャーシート、ヨガマット  
※ヨガマットは無料貸し出しもごございます。  
※レジャーシートはヨガマットの下に敷けるものであれば何でも可。

定員： なし

参加費： 当法人スポーツクラブ 会員 1回 800円  
非会員 1回 1000円  
(中学生以下 無料)  
※参加費は開催日にお支払いください。

講師： 渡辺 安奈 、 見波 愛

申込方法： 7月18日(水)までにお電話でお申込みください

**☎ 0255-82-4400 (妙高ふれあいパーク)**

次回のスポーツラウンジは、8月12日(日)開催予定!! お楽しみに(\*^▽^)