

三木山総合公園 総合体育館
2025 winter Special event

Xmas Candle Yoga

クリスマス キャンドル ヨガ

キャンドルの光と
アロマオイルの香りに包まれた
至福のリラックスタイム

日時

12月21日 日曜日

19:00 ~ 20:15

会場

総合体育館 体育室

参加費

¥1,500 (税込)

定員

先着 20 名様

持ち物

動きやすい服装・飲料水
(マットは会場でご用意します)

ヨガがはじめての方でも
無理なくご参加いただけます

運動量：小～中

講師

全米ヨガアライアンス認定インストラクター
千葉 千衣子

三木山総合公園総合体育館
水曜・金曜ヨガクラス担当講師

※安全性を考慮し、キャンドルはLEDライトを使用いたします。

ご参加お申し込み・お問い合わせは
体育館受付またはお電話にてお気軽にどうぞ

総合体育館受付
(8:30～20:30 / 木曜休館)

☎ 0794-83-4445

三木市有料スポーツ施設指定管理者：神姫SFMパートナーズ