

- 〈申込期間〉 令和4年3月24日(木)～ 定員になり次第、締め切ります。
- 〈参加人数〉 40名(16歳以上)
- 〈参加料金〉 1名につき1,000円(税込・スポーツ保険料含む) ※現金のみ当日払い
- 〈開催場所〉 三ツ沢公園 補助陸上競技場内
- 〈申込方法〉 下記、三ツ沢公園ホームページまたはQRコードより
 URL: <https://www.hama-midorinokyokai.or.jp/park/mitsuzawa/details/-de.php>
- 〈持ち物〉 ・運動できる服装、飲料水(芝生上は水とスポーツドリンクのみ)、タオル、
 ヨガマット※ヨガマットをお持ちでない方は貸出用のマットがあります。

注意事項

- ・ヨガの実施場所は天然芝の上となります。
 蟻等の虫がマットの上に来る可能性がありますので、予めご了承ください。
- ・トラック及び芝生の上ではヒール等かかとの高い靴での入場はご遠慮いただいております。
 運動靴など底が平らな物をお履きいただきますようお願いいたします。
- ・マットの貸出は行いますが、必要な方はバスタオルなどをお持ちの上、マットの上に敷いてください。
- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用、ソーシャルディスタンスの確保、
 入場時の検温・手指消毒のご協力をお願いします。
 ※当日の健康チェックにより体調不良の方の参加をお断りする場合があります。
- ・利用に際しては「新型コロナウイルス感染症防止対策チェックシート」のご記入・
 ご提出が必要となります。
 事前に三ツ沢公園HP(上記URLまたはQRコード)にてダウンロードをお願いいたします。
- ・怪我や病気がある方は医師の相談の上、ご参加ください。
 また、無理はせず自分のペースで行ってください。
- ・妊娠中の方、飲酒されている方の参加はご遠慮ください。
- ・更衣は第一レストハウス内にある更衣室をご利用ください。
- ・雨天中止(実施の有無については、前日17時までに決定します。)



<会場案内図>



お問い合わせ：三ツ沢公園管理センター
 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 第1レストハウス 芝生 de ヨガ担当
 045-548-5147 (9:00-17:00 月曜休場)