

しんよこパークヨガ

しんよこの上で

"Free" になれよう

ご家族でも楽しめる！！

2022 秋

日時 2022年11月6日(日)

11月23日(水・祝)

10時から11時 ※両日とも

【参加料金】 各日 1,000 円 (当日現金払・傷害保険料込) 【対象年齢】 小学生以上※1

【募集期間】 11月6日分：2022年10月8日(土)～11月4日(金)

11月23日分：2022年11月6日(日)～11月21日(月)

【申込方法】 日産スタジアム HP

しんよこパークヨガ 2022 秋



【募集人数】 50 名 (各日先着順)※2

※1 保護者同伴の場合、未就学児もご参加いただけます。(未就学児の参加料金無料)

※2 当日、空きがある場合はご参加頂けます。直接、受付までお越しください。

お申込み



【会場】新横浜公園 草地広場 ※場所は、新横浜公園 HP にある地図をご確認ください。

【受付】草地広場トイレ棟

【持ち物】運動できる服装・タオル・飲み物・ヨガマット（貸出あり）

<講師紹介>

山田 多佳子氏（日本フィットネス協会ディレクター）

経歴：日本フィットネス協会ディレクター／廣池ヨーガ健康研究所／師範

インド Shivalayaa Yoga Shala／全米 Yoga alliance RYT500

高等学校 2 級中学校 1 級／保健体育教師、健康・体力づくり事業財団／

健康運動指導士、アメリカスポーツ医学会／運動生理学士



<注意事項>

- ・貴重品等を含むお荷物は、ご自身で管理ください。 ※第3レストハウスにコインロッカーがあります。
- ・更衣室は、第3レストハウスをご利用ください。
- ・怪我や病気がある方は医師に相談の上、ご参加ください。
- ・妊娠中の方、飲酒されている方の参加はご遠慮ください。
- ・雨天時は、日産スタジアム雨天走路にて実施します。
- ・中止の場合は、当日の朝9時までに日産スタジアム HP へ掲載します。