

新杉田公園

月の満ち欠けと ヨガ



先生プロフィール
林 悦子先生

2015年より主に横浜市で
ハタヨガ、チェアヨガ 教室開催
身体の特徴を活かして
簡単に楽なヨガクラスです。



Illustration PIXTA

夜の新杉田公園で、季節の風を感じながら月がもたらす体調のリズム
のお話しとYOGAを楽しみませんか？

2026年

5月15日(金)・6月19日(金)・7月17日(金)
8月21日(金)・9月18日(金)

時間 19時30分～20時30分※雨天中止

※雨天中止の場合、当日12時までにホームページにてお知らせ致します。

参加費 1回につき700円(税込)
定員 20名(先着順)
場所 新杉田公園芝生広場
申込方法 下記にお電話か受付窓口までお越しください。

持ち物

- ・ヨガマット
(お持ちでない方は無料貸出
いたしますが数に限りござ
います。)
- ・飲み物 ・タオル

