



5月17日 (水)

パークヨガ 11:00~12:30

### 平塚総合公園 パークヨガについて

新緑の季節、総合公園の芝生の上でヨガをしませんか？

すがすがしい風を感じながら心も体もリフレッシュ！！

初めての方でも大丈夫です。体が硬くても大丈夫です。

みんなで楽しくパークヨガをしましょう♪♪

事前予約が必要ですので下記の電話番号でご予約をお願いします。

TEL 050-5309-7246

平塚総合公園の  
芝生の上でパークヨガ  
をしませんか

初心者・体の硬い人で  
も大丈夫！！

1時間1000円

持ち物は汚れてもいい  
ヨガマット又は大判のバ  
スタオルと水  
動きやすい服装

雨天は中止です

ヨガ教室 レファ

平塚市御殿

yoga.rehua@gmail.com

心も身体も  
素敵な女性に！  
女性限定の  
少人数ヨガ教室  
レファ

