

芝生 Yoga

教室開催!



メディタスゼロフィットがお送りするめっちゃ楽しいハロウィン企画♪



芝生の上で行うヨガは気持ちよくリラクゼーション効果が期待できます♪また、当施設の理学療法士が指導いたしますので、体に負担なくレッスンを受けていただけます。

心地よい自然の中でヨガを楽しみませんか？



10.31 金

13時スタート!

1時間程度

当日は仮装OK! ハロウィンを楽しみましょう♪

(動きやすい仮装をお願いします。)

場 所： 阪奈中央リハビリテーション専門学校 芝生広場

アクセス
方法

- ①ゼロフィット臨時バスを利用
- ②自家用車での参加も可能

バスは阪奈中央病院隣接のゼロフィット前の駐車場から出発します。申し込み時に①または②どちらをご利用されるかお知らせください。

参加費： 500円 (全参加者一律)

持ち物： ヨガマット・飲み物・動きやすい服装

(レジャーシート必要な方のみ)

※1: ヨガマットは300円で貸出しております。当日、受付でお申込みください。

※2: 当日、会場に更衣室はございません。レッスンが始まる服装でお越しください。

**阪奈中央リハビリテーション
専門学校**

所在地: 〒575-0013
大阪府四條畷市6丁目4-43
「田原台センター」バス停下車、
徒歩約5分



※雨天の場合: 前日17時時点の天気予報で降水確率が40%以上の場合は、屋外でのヨガは中止とし、当施設のスタジオで開催いたします。但し、人数が25名以上の場合は学校の体育館での実施とさせていただきます。予めご了承ください。

 **MediTAS ZeloFit**
メディタス ゼロフィット

申込先

ゼロフィット受付または、下記よりお申込みください! 会員でない方も参加いただけます。

TEL. 0743-74-8669

生駒市俵口町441番地の1
「俵口阪奈中央病院」バス停下車すぐ

月水金: 7時~23時 / 火木: 9時~23時 / 土日祝: 9時~21時 *毎月15日・最終日・年末年始は休業

www.zelofit.jp

