

やすらぎの時間 ナイト ヨガ

講師：鈴風 絢子

今年も、年に1度の講座「やすらぎの時間 ナイト ヨガ」を開催します！

おひとり様はもちろん、ご家族やお友達、ヨガは初めてという方も、年齢・性別を問わず気軽にご参加ください！！ヨガを通じて、心と体が穏やかになる気持ちよさを感じゆったりとしたやすらぎのひとときを一緒に過ごしてみませんか…

日 時：令和8年5月23日(土)午後7時～8時30分

会 場：第2競技場

対 象：中学生以上

定 員：150名

参加料：330円

受付方法：4月21日(火)9:00より先着受付！



名古屋市電子申請サービス・往復はがき・クロコくんホール管理事務室の窓口、にてお申込みください。

参加料のお支払いは、当日、午後6時30分から会場入口にて受付いたします。

持 ち 物：運動のできる服装、タオル、ヨガマット(お持ちの方はご持参ください)

そ の 他：名古屋市に暴風警報等発令中、暴風警報等の解除が開始時間の2時間前以内の場合、その他開催が困難な事情がある場合は中止させていただきます。

※この講座はスポーツ・レクリエーション傷害補償制度を設けています。

※講座中、記録や協会ホームページなど広報にて使用するために写真撮影をする場合があります。

※本申込みにおける個人情報、当事業の開催事務以外には使用いたしません。

【講師 鈴風 絢子 プロフィール】

ヨガ講師歴 20年

身体を調えること、心を癒すこと、心身の調律を目的に指導を続けています。

活動の中心は名古屋です。

現在、10代から80代までの生徒さんがいます。

ヨガの他に日本に3人のカリヨンチャイムマスター奏者として活動している他、占い師としても活動。幅広く活動中。

松下ヨガ学院認定指導員

インド中央政府公認 Svyasa 認定ヨーガセラピスト

マキノ式・マスターチャイムプラクティショナー



受付・問合せ：クロコくんホール管理事務室

〒457-0833 名古屋市南区東又兵衛町5丁目1-16

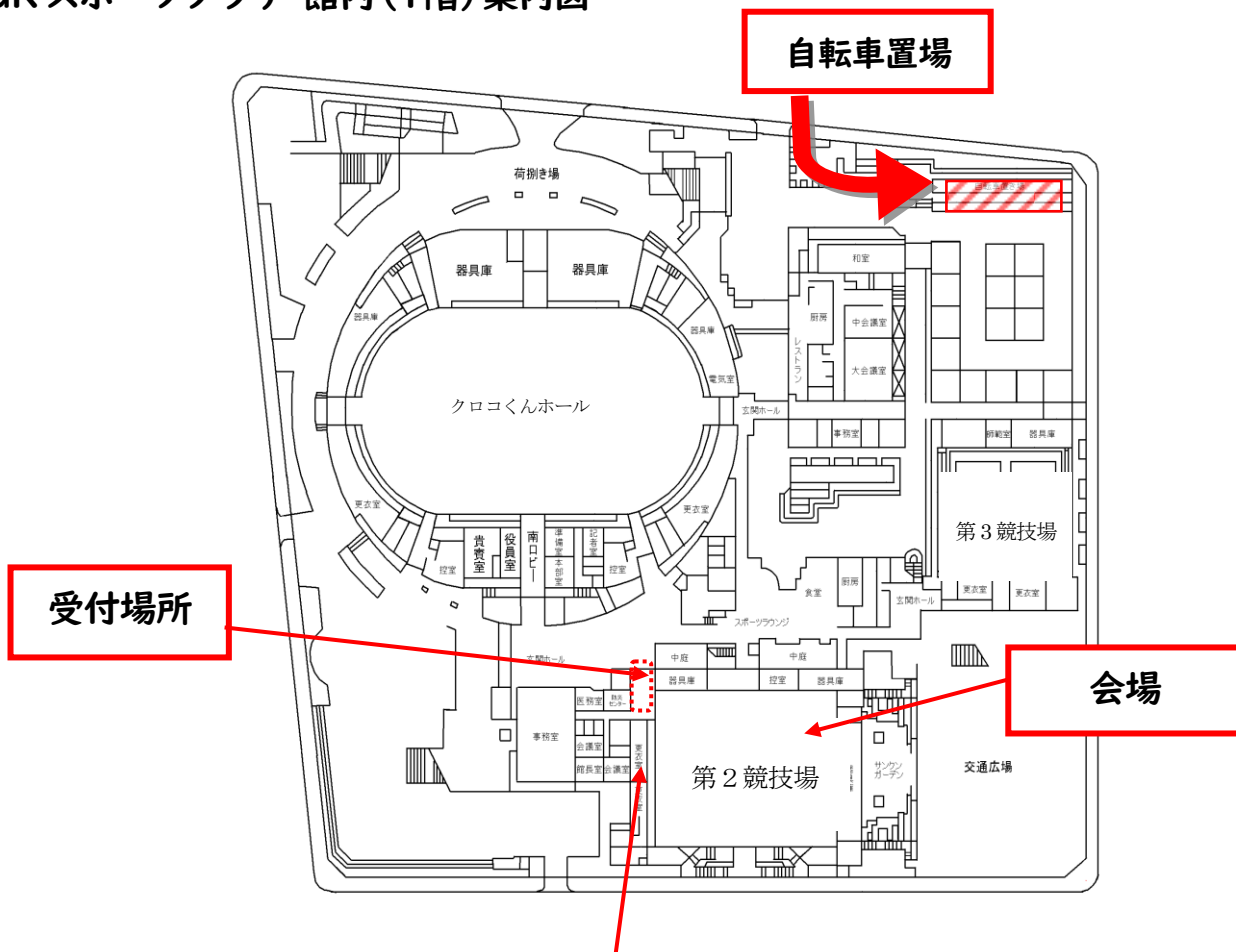
TEL.052-614-3111 FAX.052-614-3120

指定管理者：名古屋市総合体育館 NK 共同事業体

代表団体：(公財)名古屋市教育スポーツ協会 <https://www.nespa.or.jp/hall/>



NGK スポーツプラザ 館内(1階)案内図



**更衣室:当日着替えの必要な方は、更衣室をご利用ください。
※運動のできる服装でお越しください。**

交通のご案内:お車の場合の駐車料金・・・普通車1日1回500円