

豊かな森の中で大地に触れて
エネルギーチャージ



瀬戸谷 森林浴ヨガ

定員
30人

キッチン
せとや
割引券
つき

元気ふじえだ 朝活ヨガフェスタ

開放感のあるゴルフ場で朝活ヨガ

ゴルフ場 リフレッシュヨガ

定員
30人

ゴルフ場
モーニング
割引券
つき



	ゴルフ場 リフレッシュヨガ	瀬戸谷 森林浴ヨガ
日時	令和7年9月27日(土) 6:30~7:30 (受付6:00~)	令和7年10月11日(土) 8:30~9:30 (受付8:00~)
会場・ 駐車場	 藤枝ゴルフクラブ (藤枝市内瀬戸1193)	藤の瀬会館 芝生広場 (藤枝市本郷876)
対象者	18歳以上の市内在住・在勤・在学者	
参加費	300円/人	
申込み	・9月7日(日)までに右下の二次元コードよりお申込みください。 ・定員を超える場合は、抽選を行います。 ・グループでのお申込みはできません。おひとりずつのお申込みをお願いします。 (抽選結果は、9月14日(日)までにメールにてお知らせします。)	
持ち物	ヨガマット (※無い場合は用意します)、タオル、飲み物	

※スケジュール変更等の情報発信は、藤枝市ホームページで行います。
※雨天時は、藤枝市保健センター集検ホールで開催します。
※イベント内容は予告なく変更する場合があります。ご了承ください。

問合せ

藤枝市健康福祉部 健やか推進局 健康企画課
(藤枝市南駿河台1-14-1 藤枝市保健センター)
TEL: 054-645-1113 FAX: 054-645-2122
メール: kenkokikaku@city.fujieda.shizuoka.jp



藤枝市
Fujieda City



【講師】Mayo
(ティップネス
ヨガインストラクター)

Web申込
(イベントHP)



※写真はイメージです。

講師紹介



Mayo

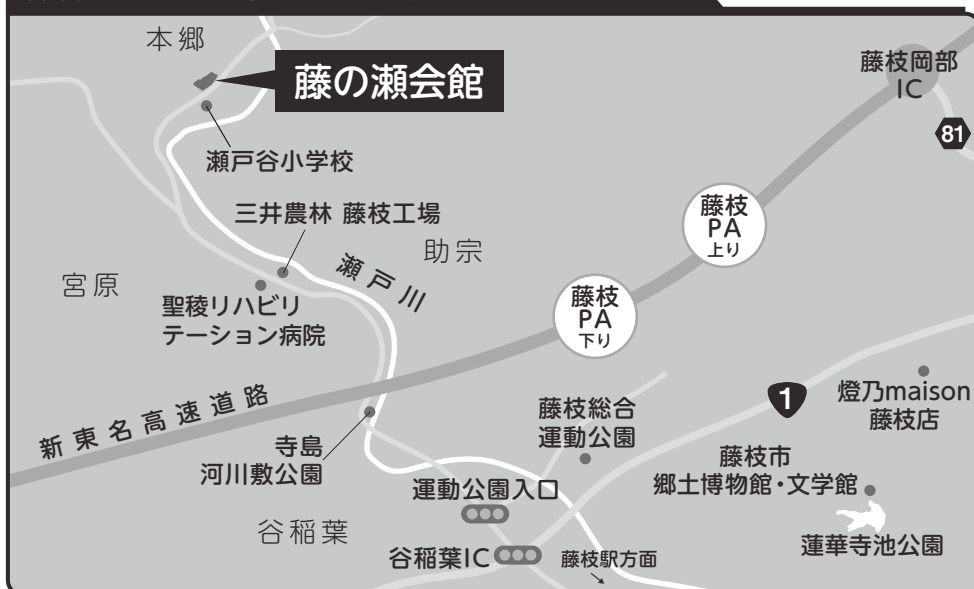
県内のヨガスタジオ、スポーツクラブ、お寺や野外をベースにヨガインストラクターとして活動中。ヨガ指導歴14年目。ライフワークとして野外でのヨガを13年楽しんでいます。

「以前も大好評だった朝ヨガ。朝の爽快感の中、いつもと違う空間で、いつもと変わらず“私”を楽しみ、味わってください。」

注意事項

- ・ 急な中止またはスケジュール変更等の情報発信は、藤枝市ホームページで行います。
- ・ 一日レクリエーション保険に加入しています。
- ・ 雨天により保健センター開催となった場合、割引特典はありません。
- ・ 割引特典は、イベント当日に限り有効です。
- ・ 発熱や風邪の症状がある場合は参加をご遠慮いただきます。

森林浴ヨガ 駐車場MAP (藤の瀬会館) 藤枝市本郷876



リフレッシュヨガ 駐車場MAP (藤枝ゴルフクラブ) 藤枝市内瀬戸1193



★…案内板

※お車で越しの方は、藤枝ゴルフクラブの駐車場をお使いください。

