

月夜が

ハジメマシタ

月のリズムに合わせて
心と身体を整える



月夜の館で美しい庭園を
眺めながらはじめるヨガ



文化のみち 榑木館

Cultural Path Shimizu Museum



自分の身体とココロを大切に

すること、そして丁寧に生きることを

ヨガを通じてお伝えします。

日々の忙しさから少し離れ、

周りと比べず

人生が

シンプルに楽しくなる、

そんなお手伝いを

いたします。



日時：7/8(火)・7/13(日)・8/19(火)・8/24(日)・9/9(火)・9/28(日)

火曜日：1部・18時15分〜19時15分 2部・19時30分〜20時30分

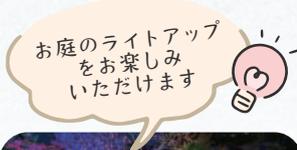
日曜日：1部・17時30分〜18時30分 2部・18時45分〜19時45分

(対象：1部は女性のみのクラス、2部は男性も参加可能)

会場：文化のみち榎木館・和室 (名古屋市中区榎木町2丁目18番地)

参加費：1回1000円 定員：各回11名(要予約・随時申込受付)

申込：☎052-939-2850 (文化のみち榎木館) 主催：文化のみち榎木館



文化財の和室でライトアップされたお庭を眺めながらはじめるヨガです

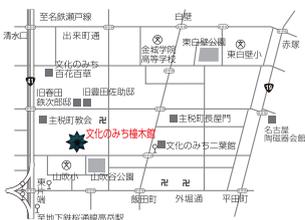


ヨガマット貸出(1回500円)あります！初心者や体験してみたい方、お持ちでない方にご利用ください！
(※事前予約制 ※詳細お問合せください)

スタンプカード得点レッスン1回につき1ポイント！10ポイントたると1回無料！

着替えスペースをご用意しております
服装は自由(動きやすい服装)
持ち物：ヨガマット、水分補給用の飲料

名古屋市中区榎木町2-18
tel 052-939-2850 (月曜休館 祝日の場合は翌平日)
交通案内：地下鉄桜通線「高岳」下車、1番出口より北に徒歩10分
文化のみち榎木館に駐車場はございません。公共交通機関でのご来館をお願いいたします。お車の方は近隣の有料駐車場をご利用ください。(駐車場割引サービスはございません。)



講師プロフィール

YURINA

2007年に名古屋でモデル、タレント活動しながら美容と健康の為、またメンテナンスのためにと始めたのがヨガとの出会い。その後ヨガの奥深さを知り2016年に全米ヨガアライアンスを取得しヨガインストラクターとしての活動を始める。現在は名古屋市内でさまざまなヨガクラスを担当する他、東京都内のチャリティーヨガイベントにインストラクターとして参加。またN.Y生まれのフィットネスであるバレエのクラスも担当する。

