

和光樹林公園

パークヨガ

2025 秋コース

～みどりの中で森林浴♪～

ミュージックヨガ
feat. Massigue Sasaguinio
11/9(日) 10:00～11:30

参加費：800円(税込)

ハンドパンによる音楽を聴きながらヨガを楽しめます
＜ハンドパンとは＞

2000年頃、スイス人の手によってトリニダード・トバゴ共和国発祥のスティールパンと中東発祥の壺型打楽器ガタムにインスピレーションを受け発明された楽器。その音色は豊かな倍音で耳にした人を魅了し世界中で広まっている。



Massigue Sasaguinio
マッシゲ ササギーニョ

徳島県生まれ。2019年にハンドパンを手にし、ヨガ音楽、JAZZを中心に電子楽器と合わせた表現も織り交ぜながら和光市・練馬区の公園で演奏活動中。

初めてでも気軽にパークヨガ

10/18(土) 15:00～16:00

参加費：500円(税込)

- ◇講師：高橋 香織 先生
- ◇定員：申込先着30名
- ◇対象：小学生以上
- ◇持物：ヨガマット、ビニールシート、フェイスタオル、水
(ヨガマットがなければバスタオル2枚)
- ◇申込：以下をご記入のうえ、メールもしくはfax、管理事務所窓口で承ります
①イベント名 ②希望日
③参加者全員のお名前(人数)
④電話番号(携帯)
⑤faxで申込の方はfax番号(受付票返信)

イベントHP



お預かりした個人情報は本イベントの運営のために使用し、他の目的では使用しません。
イベント中にスタッフが撮影した写真を公園ホームページ等で使用する場合がございます。

◇主催・申込先：埼玉県営和光樹林公園
(指定管理者：和光樹林公園パートナーズ)

埼玉県和光市広沢3番地内

TEL：048-468-0837 FAX：048-465-2781

Email：info-wakojurin@seibu-ryokka.com

◇開催場所 屋根付き広場の奥

※少雨の場合は屋根付き広場で開催、荒天は中止(HP等でお知らせ)

さらに 和光市総合体育館と共催のヨガも！

あおぞらヨガ

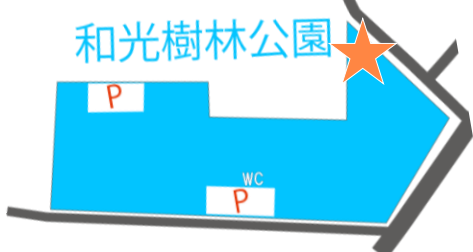
10/5(日) 9:00～10:00

9/5(金) より受付開始

- ◇参加費：500円(税込)
- ◇講師：ROMI 先生
- ◇申込方法：体育館受付に受講料を添えてお申し込みください
- ◇TEL：048-462-0107 (和光市総合体育館)



和光樹林公園



公園アクセス

