|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | [この写真](http://free-photos.gatag.net/tag/%E3%83%A8%E3%83%BC%E3%82%AC-%E3%83%A8%E3%82%AC)者 は [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/) のライセンスを許諾されています | | 7/7（金）  20：00～21：30　ヨガ体験  21：30～23：00　天体観測  ヨガと天体観測 ☆女性必見！日ごろの疲れをリフレッシュしましょう☆ 働く女性の皆様、華金はどのように過ごしていますか？  「同僚とパーッと飲みにいく！」、「疲れていてとても華金どころでは・・・」  様々な過ごし方があるかと思いますが、元気な人もそうでない人も、星空を眺めながらヨガ体験をしてみませんか？  心も身体もリフレッシュして、楽しい週末を過ごしましょう！！ | |  | |  | |  | | --- | | 参加費：1,000円※当日は動きやすい格好でお越しください持ち物：飲み物、ヨガマットまたはレジャーシート（ヨガマットは貸し出しも行っております。）、羽織るもの場所：芝公園JR「浜松町」下車　徒歩12分都営地下鉄三田線「芝公園」(I05)下車　徒歩2分、「御成門」(I06)下車　徒歩2分、都営地下鉄浅草線・大江戸線「大門」(A09･E20)下車　徒歩5分、都営地下鉄大江戸線「赤羽橋」(E21)下車　徒歩2分 | |  | | 心と身体の健康を守る会 〒107-8404  東京都港区赤坂1-3-5 | |