

2025 年度 フラネタリウムイベント

そら 宙ヨガ (月例会)

R7 年 4 月～R8 年 3 月
月に一度のメディテーション・・・

～フラネタリウムで行う QOL(Quality Of Life) ヨガ。
星と音楽に癒されながら幸福を味わいましょう～

●内 容：椅子ヨガの動きを中心に全身を動かすリラックスヨガ。ヨガ初心者や高齢の方にもお勧め・・・
最後に瞑想と星空案内を行います。

※治療中の方や持病をお持ちの方は、かかりつけ医へご相談の上ご参加ください。

●対 象：高校生以上 ●定 員：40 名(先着)

●開催日時：令和 7 年 4 月～令和 8 年 3 月 月 1 回 9 時 30 分～10 時 20 分

●参 加 費：800 円

●講 師：Chiho (星のソムリエ、全米ヨガアライアンス RYT200 修了、IHTA ヨガインストラクター 1 級)

●そ の 他：動きやすい服装でご参加ください。ドーム内飲食禁止のため入場前に水分をお取りください。

●申 込：毎月 1 日 午前 9 時 当月分のチケット販売スタート (電話予約可)

※1 日が休館日の場合は次営業日が受付日になります。



★開催予定日：4/27(日) 5/25(日) 6/22(日) 7/27(日) 8/24(日) 9/28(日)
10/19(日) 11/23(日) 12/21(日) 1/25(日) 2/22(日) 3/29(日)

一宮地域文化広場

愛知県一宮市時之島字玉振 1-1
TEL0586-51-2180

施設情報はこちら▶

