

park yogalattis

パークヨガラティスIn南湖

ヨガ×ピラティス

太陽の下新緑と桜に囲まれた
開放的な空間で
心も体もリフレッシュ



2026
4/18 土

雨天の場合:4/19(日)に延期

AM 10:00~11:30

場所:南湖公園 翠楽園前 芝生広場
持ち物:ヨガマット、飲み物、動きやすい服装

参加費

3,000円

(ハーブティーと南湖団子付き)

ヨガ講師

JAHA認定講師
ハタヨガ指導歴15年

**Sun Yoga
Mutsuko**



ピラティス講師

国際ピラティス協会認定
ピラティスインストラクター

Kanae



みんなでお花見タイム

動いた後は、
ホーリーバジルティーと
南湖団子をプレゼント



開催概要

日時

2026年4月18日(土)10:00~
雨天の場合:4/19(日)に延期

場所

南湖公園 翠楽園前 芝生広場

所在地

福島県白河市南湖

持ち物

ヨガマット、飲み物、動きやすい服装

参加費

3,000円(ハーブティーと南湖団子付き)

お申込み・お問合せ

LINE、DM、電話、メール



お子様連れOK!

ご予約時にお申し出ください

駐車場のご案内

お花見客で混雑が予想されます。
お車は南湖公園東駐車場にお止めいただきますようお願いいたします。

お申込み、お問合せはこちら!

ヨガ Mutsuko

☎090-4041-7210

✉noah.6253@gmail.com



Instagram



LINE

ピラティス Kanae

☎090-9536-7220

✉kanae.pilates.bmb@gmail.com



Instagram



LINE