

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 指定管理者：ハマダスポーツ企画株式会社 施設情報はこちら▲  
愛知県一宮市時之島字玉振 1-1 TEL0586-51-2180