

Fun Wellbe  
主催



# PARK YOGA

OSAKA  
2024

@花園中央公園



『Fun』=楽しみながら  
『Wellbe』=ココロとカラダの健幸を育む

定期的にスペシャルイベントを開催！！

自然の中で、のびのびとココロとカラダをリフレッシュ。  
カラダを動かし楽しみながら、ココロまで満たしていく  
大切な"自分自身の為だけの時間"になれば幸いです。  
お子様連れの方もご参加可能です。

参加ママさん  
募集中!!



＊お申込みはこちら＊

9 / 7      11 / 9      3 / 1

9月のみ18:00-18:40

SAT

10:00-10:40

Yoga for Moms

# FUN WELLBE

【ココロとカラダの健幸を大切に】



運動をもっと楽しく身近に感じることでできる場所を増やし  
ヨガを通して心と身体の健幸をつくっていきます



「FUN」楽しく「WELLBE」健康に



## Park Yoga パークヨガ

子育てを頑張るママの心と身体を健幸にするヨガ。

所要時間：40分

参加費：1000円(税込)

※日にちによりカメラマンによる撮影あり

## Official 公式サイト

お問い合わせは公式LINEへご連絡下さい。  
公式LINE登録後、名前のご送付をお願いいたします。

お申込みはこちら▶

公式LINE「FUN WELLBE」

公式LINE登録後に  
チャットへお名前のご送付を  
お願い致します。



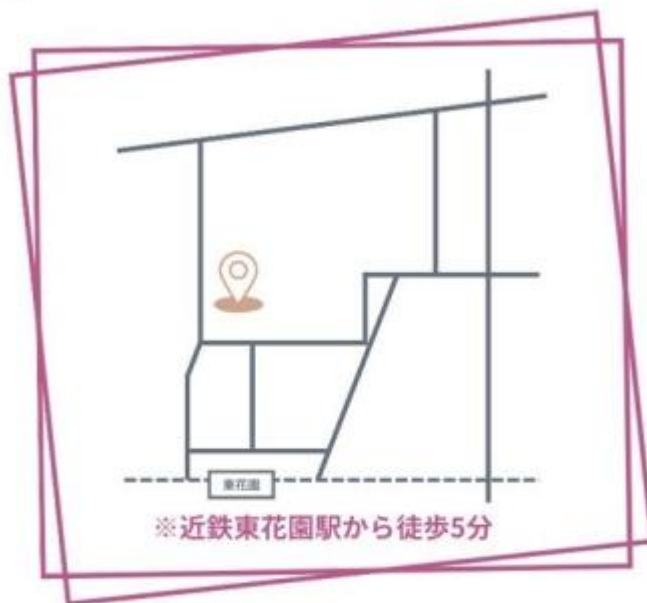
## Instructor インストラクター

RIKA…ヨガ講師・パーソナルトレーナー

MIKA…ヨガ・ピラティス講師・腸セラピスト

## Place 開催場所

場所：花園中央公園(美術館横、防災広場)  
雨天時、花園ラグビー場(多目的)もしくは延期



※近鉄東花園駅から徒歩5分

## FUN WELLBE

お申込みはこちら▶

公式LINE「FUN WELLBE」  
お気軽にお問い合わせください



公式サイト▶

FUNWELLBE.JINDOFREE.COM



INSTAGRAM▶

@funwellbe\_2024



後援：東大阪市・東大阪市教育委員会

令和6年度地域まちづくり活動助成金を活用し開催します