



ウインク球場 ナイトYOGA

Night Yoga

日時  令和 7 年 9 月 23 日 (火・祝) 19:00 - 20:00

当日受付 18:00~

場所  **ウインク球場(姫路市立姫路球場)** 〒670-0974 姫路市飯田540番地

9/23雨天の場合、総合スポーツ会館大競技場で開催。
会場変更は当日17:00にホームページでお知らせします。

申込開始  令和7年8月10日(日)から

参加料  一般：1,000円 小中高生：500円 当日支払い

持ち物  ヨガマット レジャーシート
運動できる服装 飲み物(水のみ)
タオル

お車で越しの方は手柄山周辺駐車場
(野球場西駐車場)をご利用ください
(1回200円)

申込開始
8月10日

お申し込み・お問い合わせ



WEB申込フォーム

事前にチラシQRコードかホームページの申込フォーム、
もしくはお電話にてご予約いただき、当日現地にてお支
払いください。当日は受付が混み合いますので、会場へ
はお早めにお越しください。



ウインク球場ナイトYOGA
ホームページ

姫路市立総合スポーツ会館

☎079-293-1321

令和6年7月からウインク球場(姫路球場)にナイター照明が設置されました。リニューアルしたウインク球場の芝生の上で、ナイトYOGAを体験しませんか？普段球場のフィールドに入ることのない方も、ぜひ足を運んでみてください！夜の野球場という非日常的空間で、ひんやりとした秋の夕べに夏の疲れを開放しましょう！！

ヨガ初心者の方も、経験者の方も、体が固い方も、野球をやっていない方も、また野球関係の方も大歓迎です。お気軽にご参加くださいね♪



《 講師紹介 》

石坂 悠

交通事故のリハビリとしてヨガと出会い、心身ともに徐々に回復し身体も機能回復してきた感覚に魅了され、それを機にヨガの道へ進むと決意する。

ホットヨガスタジオで店長4年の経験を経て現在フリーランスとして姫路・加古川など兵庫県を拠点とし活動中。



石坂 悠

山林 佑香里

YOGA FARM主宰/ヨガ講師歴14年

OMYOGA認定講師（全米ヨガアライアンス）として、

ヨガインストラクター養成講座の指導にあたる

アーサナヨーガ・ヨガ哲学・アーユルヴェーダなどを指導

ヨガを実践している僧侶たちの人間味や教えの数々に魅力を感じ、

10回以上インドに行き、学んだことを地元の皆さんにシェアしたり、

インストラクターの育成に力を注いでいる。



山林 佑香里

《注意事項》

- ・未就学児の同伴可能ですが、他の方のご迷惑にならないようご注意願います。
- ・ヨガ用ウェアでなくてもかまいません。動きやすい服装でお越しください。
- ・天候により肌寒い場合もありますので、服装の調節は各自でお願いいたします。
- ・マットの貸し出しは可能ですが、数に限りがありますのでお申込時に窓口にてご確認ください。マットをお持ちの方はマイマットをご持参ください。