

# International Yoga Day 2026 国際ヨガデー イベント

6月に国連制定『国際ヨガデー』は世界中の人々がヨガを  
楽しみ心・体・社会の健康を育む日です。

これに伴い下記日程のボディバランスを無料でご参加いただけ  
ます。初めて参加の方も是非チャレンジお待ちしております。



## BODY BALANCE

### ボディバランス

ボディバランスとは、ヨガ・太極拳・ピラティスなどの  
動きを気持ち良い音楽に合わせて動いていく  
プログラムです。

【日程】 6月19日(金)

【時間】 11:30~12:30

【担当】 TOMO

【料金】 無料

【場所】 フェンシング場

【定員】 40名

※事前予約を窓口・お電話にてお願いいたします。

サイクルショップコダマ大洲アリーナ・大分県立フェンシング場

TEL:097-551-1511 休館日:火曜日