浜松YEG

遠州パークフェス

体験・講習プログラム

学んで！動いて！遊んで！　気になるプログラムに参加してみよう！

会場：可美総合公園　施設棟

- **体育館**　自由運動スペース
- **第三研修室**　サッカーボードゲーム2台
- **2Fホール**　スタンプラリー受付

会場：第一研修室

食育

食育セミナー

講師：河合明音様

1部　10:00～11:30
2部　13:30～15:00



会場：第二研修室

ストレッチ

座学＆ストレッチ

講師：岩口 栄輝
株式会社はりまや　漢和堂薬院

1部　10:00～11:30
2部　13:30～15:00



会場：第一和室

ヨガ

心と身体を整えるヨガ

講師：ASAMI
ASAMI YOGA

11:00～11:45



会場：第二和室

学び

茶人のスポーツドリンク研究室

講師：蘭田 基一
茶＆食 茶ツ薬屋・蘭田製茶

13:30～15:00



会場：軽運動室

トレーニング

出張アジリティ教室

講師：内藤 雄斗
パフォーマンスアップチーム リザルト

13:00～14:00



会場：軽運動室

ラン

サッカーに活用できるラン講習

講師：中川 智博
株式会社TOMORUN

1部　9:00～9:45
2部　10:30～11:15



会場：軽運動室

運動

アニマルフロー

講師：天野真由美
株式会社SHAFT

14:30～15:30



開催時間などは、個別に発信される情報やHPでチェックください。
セミナー・プチ講習・トレーニング・遊びまで、気になる企画をぜひ体験してみてください！