

プラネタリウムで 星空椅子ヨガ

～宇宙を身近に感じられるまち さがみはら企画～

非日常の空間で
心身ともにリフレッシュ
しませんか？

2026

2/13(金)

| 日時 | 11:30～12:30 (開場 11:15)

プラネタリウム

定員：80名

- ①椅子ヨガ70名
- ②マットヨガ10名

※写真手前はマットヨガの体験の様子

講師 浜北 恵さん

市内在住の骨格美ボディ姿勢
改善パーソナルトレーナー

参加料：大人①1000円 ②2000円
小・中学生①400円 ②800円
65才以上の方は半額（要証明書）
未就学児無料（申込必要） その他減免あり
当日、総合受付にてお支払いください。

持ち物：なし ※②のみヨガマット持参可
（必要な方は水分・プラネタリウムエントランスにて可）

申込：1/23（金）正午より専用申込フォームで受付
定員到達で終了
※電話でも受付可能です。



相模原市立博物館
SAGAMIHARA CITY MUSEUM

申込フォーム

