

5月～11月まで

毎月第一土曜日開催！

森林浴ヨガ

大きな木々に囲まれて、森林植物園でヨガを試みませんか
年齢、男女問わずはじめての方もご参加いただけます！



CHISA (小倉千紗子)

どなたにでも楽しんで頂けるシンプルで安全なヨガ
を神戸中心に開催中。

また、森林植物園、須磨海岸などお外でもヨガを
実施しています。

自然豊かなハワイ・マウイ島で学んだハートフルな
ヨガをお楽しみ下さい。

- 開催時間 / 11:00～12:00
受付は10:45までに済ませて、会場に11:00までにお入りください
- 募集人数 / 各日 60名
- 参加費 / 800円 (別途入園料・駐車料必要)
- 申込方法 / **事前申込み制の抽選**
 - ・開催日の1ヶ月前より受付開始します。
 - ・受付開始日から3日間受付します。
 - ・当選発表は受付開始日から4日目の15:00以降にお知らせします。
 - ・森林植物園ホームページのイベント申し込みフォームまたは
TEL (078-591-0253) にてお申込みください。
- 持ち物 / ヨガマットまたはレジャーシート+バスタオル
(ヨガマットは、有料貸出もあります。1回200円・数量限定)
動きやすい服装とタオル

※ 天候により、イベントの内容を変更または中止する場合があります。

※ イベント中止の場合は、森林植物園ホームページで当日8:30以降にお知らせします。詳しくはホームページでご確認ください。

TOPIX

早朝ヨガ 開催!

9月13日(日) 7:30～

※ 詳細はホームページをご覧ください



参加者お得情報!!


森のカフェ「ル・ピック」・パーク
森のカフェからお1人様1メニュー
で飲食代からお1人様1メニュー
1回当日限り50円引きになります。
ヨガ参加費の領収書
をご提示ください。



森林植物園キャラクター
モリンくん

2026年・レッスンスケジュール

5月2日(土)	新緑の森deヨガ
6月6日(土)	初夏の森deヨガ
7月4日(土)	紫陽花の森deヨガ
8月1日(土)	夏の木陰deヨガ
9月5日(土)	秋涼の森deヨガ
9月13日(日)	早朝ヨガ
10月3日(土)	実りの森deヨガ
11月7日(土)	紅葉の森deヨガ

 神戸市立森林植物園は、SDGsに取り組んでいます

電車とバス

神戸電鉄「北鈴蘭台」駅から無料送迎バスあり

9:05	10:05	11:05	12:05
13:05	14:05	15:05	16:05

市バス

4～11月 土・日・祝のみ運行
三宮バスターミナルから
市バス25系統で約40分

車

国道428号線
「小部峠」を
東へ約2km

電車と徒歩

- 神戸電鉄・神戸市営地下鉄「谷上」駅から山田道ハイキングコース約3.7km
- 北鈴蘭台駅から約3km (徒歩約40分)

神戸市立森林植物園

〒651-1102 神戸市北区山田町上谷上字長尾 1-2
TEL: 078-591-0253 FAX: 078-594-2324

- 開園時間: 9時～17時 (入園は16時30分まで)
- 休園日: 水曜日
- 入園料: 大人300円 小人150円
- 駐車料: 普通車700円 6・11月土・日・祝のみ900円

森林植物園HP



Instagram, X (旧Twitter)、FacebookはHPからご覧ください。