

男性のための

ストレッチ教室

開催日 10/6・13・20・27・
11/10・17
木曜日（全6回）

開催時間 19:00～20:00

会場 長田体育館 柔道場

対象 18歳以上の男性

定員 10人 ※定員になり次第受付終了します

受講料 3,000円

持ち物 タオル・水分補給用の飲み物・
ヨガマット（持っている方は）・マスク

受付開始日時 9月8日（木）9:30～申込順

長田体育館 事務所窓口のみで受付します
受講料持参でご来館ください
受付時刻に定員を超えた場合はその場で抽選となります
抽選は1人1名分・代理申込の方は18歳以上に限りま

