

男性ヨガ&ストレッチ 教室

全3回
1,500円

日時

2月14日、21日、28日

金曜日 19時00分～20時00分

2月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

「ヨガ」&「ストレッチ」を
体験して、
リフレッシュ・リラックス
しませんか？



定員：20名

場所：中央体育館 3F 軽運動室

対象：成人男性(学生を除く)

内容：呼吸法、ヨガのポーズ

持ち物：運動のできる服装、水分補給用の飲み物、タオル

募集日時：令和2年1月10日(金) 9:00～
電話にて受付(申込順)

～お願い～

- 教室開催中に報道取材や写真撮影が入る可能性があります。当事業の広報として、各種某体へ掲載されますので、ご了承ください。
- 教室開始時刻2時間前から教室終了時刻の間に、静岡市南部に【大雨警報・洪水警報・暴風警報】のいずれか一つでも発表されている、または発表された場合、休講または中止が決定します。振替えはありません。
- また静岡県沿岸に大津波警報が発表された場合も同様です。