

／教室への参加が初めての方も安心してご参加ください／

南部体育館

膝痛腰痛緩和教室

最近
腰が痛い…

簡単な体操
で解決！



寒くなると
膝が痛む…

体力に自信が
なくてもOK！

日時 ²⁰²⁶ 3/9・16・23 月 10:45~11:45

定員 ^{18歳以上} 30名

費用 500円/各回
当日会場にてお申し込み
ください。※予約不要

会場 静岡市南部体育館
剣道場

持ち物 タオル / 飲み物 / ヨガマット（お持ちの方）

- 医療行為を目的としたものではありません
- 効果を保証するものではなく個人差があります

／お問い合わせはこちら／

静岡市南部体育館

〈指定管理者：（公財）静岡市スポーツ協会〉
TEL:054-285-1133

公式×
アカウント
こちら⇒



公益財団法人

静岡市スポーツ協会

