

令和7年度

# 身体ほぐしヨガ教室

月曜日 9:15 ~ 10:15

ストレッチ要素の多いポーズを行います。  
18歳以上の方ならどなたでも参加できます。  
気候に応じて服装の調節をお願いします。

## 参加者 募集中

① 各回500円!

② 予約不要!

③ 初心者歓迎!

・ <日程> ・

8月18・25日、9月8・22・29日、  
10月20・27日、11月10・17日

【場 所】 清見潟公園スポーツセンター 体育館 【定 員】 各回50人 (申込順)

【持ち物】 飲み物・タオル・ヨガマット (お持ちの方) ・外靴を入れる袋

【講 師】 静岡市スポーツ協会 インストラクター

※教室開始2時間前(7:15)から終了時刻の間に、静岡市南部に【大雨・洪水・暴風】警報のうち、  
いずれかひと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。  
また、静岡県沿岸に津波・大津波警報が発表された場合も同様です。

【主 催】



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



【お問合せ】

清見潟公園スポーツセンター

(指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会)

TEL：054-367-9780