

令和4年度

女性ヨガ教室

夜間のクラスです 🌙

<全12回>

ヨガは心身を健康にするメソッドです。
呼吸とともにひとつひとつのポーズを
丁寧にを行い自身の体調や精神状態と
向き合しましょう。

日時:8月26日(金)～11月18日(金)
19:00～20:00 (毎週金曜日 全12回)
※9/23を除く

会場:清見潟公園SC 2階 多目的室

対象:18歳以上の女性

受講料:6,000円 定員:12人

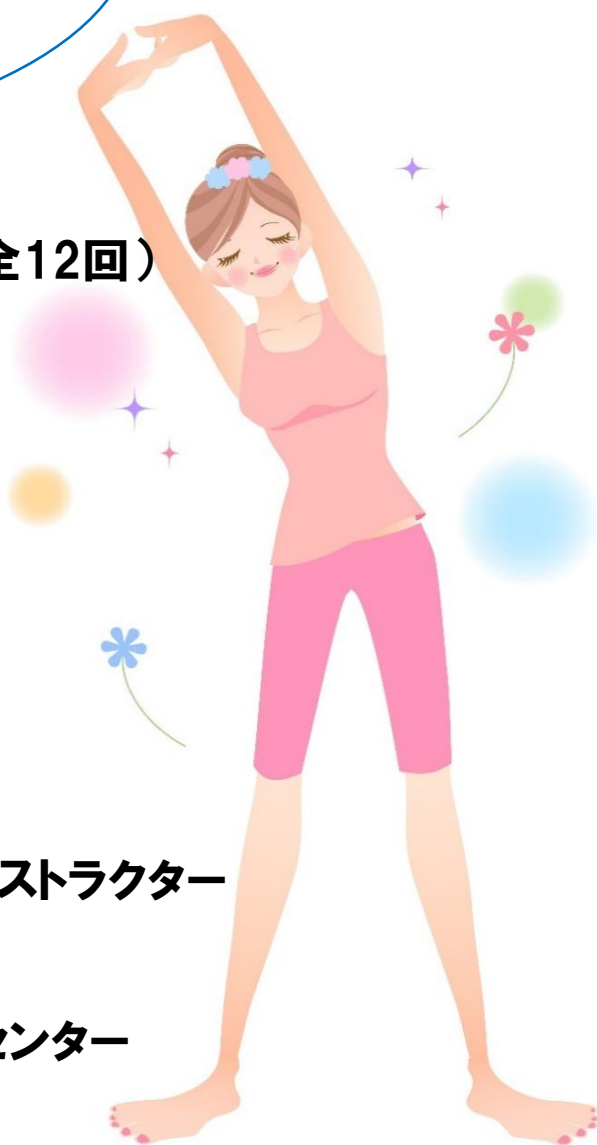
持ち物:ヨガマット(お持ちの方)、飲み物

※マスク着用でお越しください。

講師:(公財)静岡市スポーツ協会 インストラクター

申込み:先着順で受け付け中です。

会費持参で清見潟公園スポーツセンター
事務所へお越しください。



【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