

令和6年度

けん び そう

健美操

ツボ・経絡を刺激しながら呼吸を整え、
身体の内面から改善調整していく、身体に優しい体操です！

初めての方、体力に自信のない方など
ぜひご参加ください！

【開催日程】下記の11回

★10：00～11：00 火曜日 4/2・6/4・9/3・10/1・3/4

☆13：30～14：30 木曜日 4/4・5/2・7/25・8/8・8/15・8/22

【場 所】北部体育館 柔道場

【対 象】18歳以上の人

【定 員】50人

【受講料】各回500円

【持ち物】飲み物

【申込方法】開催日当日、会費持参のうえ、窓口にお越しください。

【その他】開催時刻の2時間前から終了時刻までの間に静岡市南部に[大雨・洪水・暴風]警報が発表されている/された場合は、教室は中止です。

主催



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



問合せ 静岡市北部体育館

☎054-255-6262