

リンパ&ツボヨガ

2月14日、21日、28日
(すべて水曜日)

10:45~11:45

18歳以上の人 (50人)



リンパを流しながら心身のデトックスを行います。
同時にツボを刺激しながら身体の不調を改善し
ヨガのポーズで整えていく教室です！

会場

中央体育館
アリーナ

その他

「スポーツ教室のきまり」
をご覧ください。

駐車場はございません。

近隣の有料駐車場をご利用
ください。

開講2時間前までに静岡市
南部に大雨・洪水・暴風が
一つでも発表された場合は
教室は休講です。

「無料体験教室チケット」
ご利用できます。

申込み

予約は不要です。
当日受講料500円持
参でご来館ください。

持ち物

ヨガマット (お持ちの方)
飲み物、タオル、
防寒着

主催



公益財団法人
静岡市スポーツ協会
Shizuoka city Sports Association

問合せ

静岡市中央体育館
(指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会)
TEL：054-255-1010