

リンパ&ツボヨガ

4月17日、24日

5月8日、15日

(すべて水曜日)

10:45~11:45

15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。

講師の都合により、教室内容が
変更になる場合がございます。
予めご了承ください。

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

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