

受講生募集



公益財団法人
静岡市体育協会

<https://shizuoka-sports.or.jp/>

かんたんスツキニ

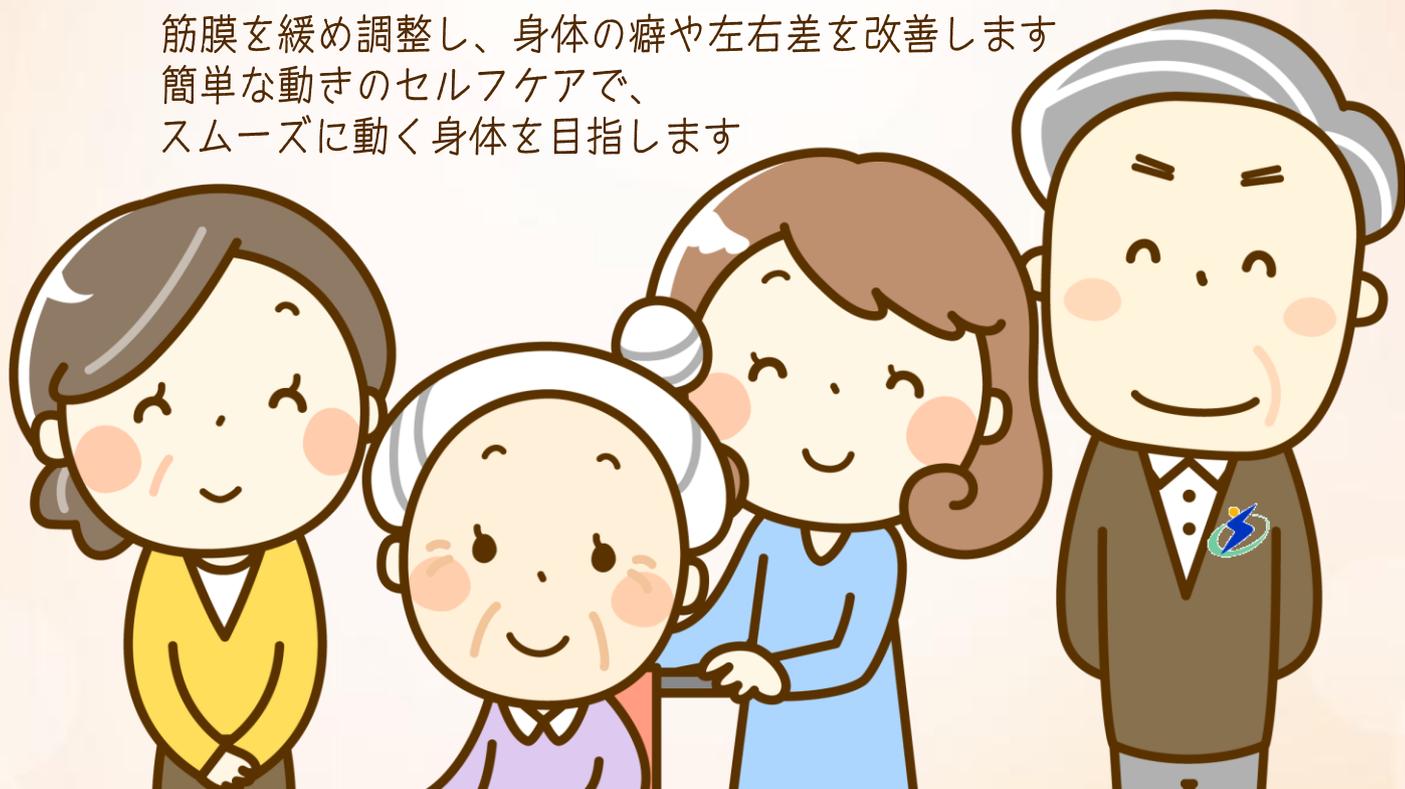
健康セミナー

姿勢改善 教室

11/22(金)13:30~14:30

体力 年齢 性別に関係なく、ご家族で参加していただけます

筋膜を緩め調整し、身体の癖や左右差を改善します
簡単な動きのセルフケアで、
スムーズに動く身体を目指します



開催日 11月22日(金)

受講料 500円 当日集金します

開催時間 13:30~14:30

持ち物 運動のできる服装 飲み物
ヨガマット(またはバスタオル)

会場 東部体育館 多目的室

講師 美・骨盤スタイリスト アツコ

対象 18歳以上の人

定員 25人 定員になり次第受付を終了します

受付開始日時 10月25日(金) 午前9:00~申込順

※直接窓口か電話(窓口優先)でお申込みください

問い合わせ：東部体育館 TEL:054-264-8485

