

水曜日

10:45~11:45

# 色々な教室

サウンド  
・ヨガ

リンパヨガ

踊って  
エクサ

8月30日

9月6日、13日  
20日

音楽を味わいながら  
呼吸とポーズを楽しむ



担当：栗田 佳苗

9月27日

10月4日、18日  
11月1日

リンパの流れを良く  
して健康美人



担当：村野 友理

11月

8日、15日  
22日、29日

踊って♪踊って♪  
気分爽快!



担当：望月 春香

☆対象 18歳以上の人、各回50人

☆受講料 各回 500円 ※当日会場でお支払いください

☆会場 中央体育館 アリーナ

☆持ち物 ヨガマット（お持ちの方）、飲み物、タオル、シューズを入れる袋

☆申込み 予約不要。当日、会費持参で直接ご来館ください。

- ☆その他
  - ・「スポーツ教室のきまり」をご覧ください。
  - ・開講2時間前に静岡市南部に大雨・洪水・暴風の警報が1つでも発表されたら教室は休講です。
  - ・駐車場はありません。近隣の有料駐車場をご利用ください。

主催



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



お問合せ

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