

毎月3回開催  
各月3回  
¥2,100

令和5年度

# やさしい女性YOGA

初心者向けの優しいヨガです

一日の疲れを癒したい人、ゆったりとした動きで気持ち良く身体をほぐしましょう。

4月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

5月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

6月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

19:00~20:00  
北部体育館 柔道場

対象：18歳以上の女性  
定員：20人  
受講料：2,100円（各月全3回）  
持ち物：ヨガマット（持っている方）、飲み物  
申込方法：4/10（4月開催分）、5/8（5月開催分）、5/22（6月開催分）

教室体験も  
開催します  
1回 ¥840-  
当日直接窓口にお越しください



10:00~

会費持参のうえ、窓口にお越しください(申込順)

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】 静岡市北部体育館  
☎ (054) 255-6262