

# やさしい女性ヨガ教室

開催日 1月16・23・30日  
2月6・13・20・27日  
3月5・12・19日

木曜日全10回

時間 19:00~20:00

会場 南部体育館 剣道場

対象 18歳以上の女性

定員 30名

受講料 5,000円

講師 (公財)静岡市体育協会  
インストラクター 遠藤 美千恵

持ち物 運動のできる服装、飲み物  
タオル、ヨガマット(お持ちの方)

申込方法 12月12日(木)19:00~19:10までは  
受講料持参の上南部体育館  
剣道場にお集まりください。  
(電話申込不可)

※詳細は別紙開催要項をご覧ください。

問い合わせ:南部体育館 ☎054-285-1133

