

令和5年度

やさしいヨガ

～ゆっくりと呼吸に意識を向けて身体をほぐしましょう～

in 蒲原体育館

5/31・6/28

7/19・7/26

9/27・10/25(全6回)

水曜日

13:30～14:30

各回 500円

※予約不要です。当日受付でお支払いください。

【対 象】18歳以上の人

【定 員】各回30人(申込順)

【持ち物】飲み物・タオル・ヨガマット(お持ちの方)

【講 師】静岡市スポーツ協会 インストラクター

気象状況等により、休講・中止する場合がございます。

【主 催】



公益財団法人

静岡市スポーツ協会

【お問合せ】

蒲原体育館

〈指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会〉

TEL：054-385-7501

