



各回 500円 当日集金

☞予約不要です

☞開催当日、長田体育館にてお申込みください(受付開始10:35)

☞開催時刻の2時間前から終了時刻までの間に静岡市南部に[大雨・洪水・暴風]警報のうちいずれか1つでも発表されている/された場合は中止となります

開催日

[8月] 18・25

[9月] 1・8・15・22・29

[10月] 6・13・20

金曜日(全10回)

開催時間

10:50~11:50

会場

長田体育館 アリーナ

対象

18歳以上の人

定員

100人

持ち物

運動のできる服装・タオル

水分補給用の飲み物・ヨガマット(お持ちの方)

