

令和6年度

長田体育館



いつでも1回500円で参加できます！

内 容

呼吸方法・ヨガのポーズ・ストレッチ

開催日

[8月] 23・30

[9月] 6・13・20・27

[10月] 4・11・18・25

[11月] 1・8・15・22

金曜日(全14回)

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)

◎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またはされた場合は中止となります



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



静岡市長田体育館

お問合せ(指定管理者:(公財)静岡市スポーツ協会)

TEL: 054-257-3411