

令和7年度

# 長田 体育館



# 金曜AMヨガ

## 1回 500円

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

【対象】 18歳以上の人

【定員】 各回100人

【会場】 長田体育館 アリーナ

【時間】 10:50~11:50

【持ち物】 ヨガマット（お持ちの方）・飲み物・外靴入れ袋

【申込み】 予約は不要です。

当日、受講料500円持参で直接ご来館ください。

【その他】

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、いずれかひとつでも発表されている/された場合は、教室は中止です。

ゆったりと呼吸をして  
心身を整えましょう!



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



【問合せ】 静岡市長田体育館

054-257-3411