

# YOGA

初めての方でも安心！初級ヨガ



## 第3期(11月～3月開講)

①	AM やさしいヨガ	月 10:00～ 11:00	¥5,000 (全10回)	柔道場	11/25
				18歳以上の人 30人	12/9・16・23 1/20・27
②	女性限定！ やさしい夜ヨガ	月 19:00～ 20:00	¥7,000 (全10回)	剣道場	2/10・17
				18歳以上の女性 35人	3/10・17
③	PM やさしいヨガ	水 13:30～ 14:30	¥7,000 (全14回)	柔道場	12/11・18
				18歳以上の人 30人	1/8・15・22・29 2/5・12・19・26 3/5・12・19・26

### 【お申し込み方法】

**事前申込** 10/21(月) 9:00～10/31(木) 20:00まで  
南部体育館窓口又は電話にて受付します。(多数抽選)

**抽選結果** 11/6(水) 9:30より  
南部体育館玄関ロビーにて掲示します。  
又はお問い合わせください。

★当協会 HP でも発表します👍👍👍



**当選された方** 11/6(水)～11/15(金)の期間に、受講料を持参のうえ、窓口までお越しください。定員に満たない場合は申込順で受け付けます。

【持ち物】 ヨガマット(持っている方)  
飲み物

【講師】 (公財)静岡市スポーツ協会  
インストラクター

【注意事項】  
駐車場が満車の際は近隣の  
有料駐車場をご利用ください。



公益財団法人  
静岡市スポーツ協会



(問い合わせ)

南部体育館 ☎054-285-1133