

心と体が整うヨガ

(全5回)



7月10日、24日、8月7日、21日、9月4日
の隔週金曜日 14:00～15:00

伝統的なヨガを楽しく丁寧に解説していきます。

参加者のペースに合わせてゆっくりと体験していきますので、初心者の方や体が硬いから…と悩んでいる方も安心してお申し込みください！！

会場 :南部生涯学習センター 1階ホール

会費 :1人2,000円

対象 :どなたでも

人数 :15人

講師 :渡邊 貴子氏(ヨガインストラクター)

申込方法 : 6/12(金)14:00～HP または電話にて、
南部生涯学習センターへお申し込みください。(申込順)

※HPでお申し込みの際には、会員登録(無料)が必要となります。



静岡市南部生涯学習センター

指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団

〒422-8074 静岡市駿河区南八幡町 25-21

TEL054-281-2184 (月・祝日休館)

<https://sgc.shizuokacity.jp/>

◆交通案内◆

バス: JR 静岡駅南口から「みなみ線 内まわり (中田経由)」にて
約15分、「駿河区役所・静岡新聞社前」下車 徒歩約5分

※駐車台数に限りがあります、公共交通機関のご利用にご協力ください。

※満車時はご容赦ください。

※いただいた個人情報は、講座実施以外の目的には使用いたしません。