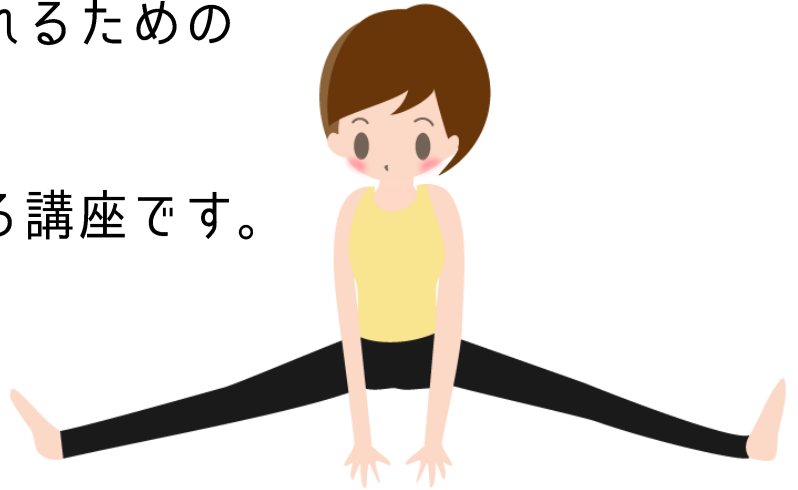


体の巡りを良くし、 疲れにくくしなやかな体を目指す (全3回)

しなやかな体を手に入れるための
ストレッチを通して、
心身をリフレッシュする講座です。



日時 令和3年1月29日(金)、2月5日(金)、12日(金)
18:30~20:00

会場 静岡市南部生涯学習センター 4階 第5集会室

対象 女性12人

講師 山下 いくみ 氏(静岡市体育協会)

会費 1人500円

持ち物 タオル・飲み物・ヨガマット(バスタオル)・マスク

申込 1/8(金)14:00~電話で
南部生涯学習センター(054-281-2184)まで(申込順)
【個人情報の取扱いについて】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

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、講座を延期・中止させていただくことがあります。

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 ☎054-281-2184
アクセス 静岡駅南口よりバス「みなみ線(内回り)」にて
「駿河区役所・静岡新聞社前」下車 徒歩約5分