

# はじめてのヨガ教室



“ヨガをはじめてみませんか？”

指導者が、基本のポーズからやさしく指導します。  
心身ともにリフレッシュしましょう！



- 日時 調整中  
19:00 ~ 20:00 (受付 18:45~)
- 場所 静岡市立葵小学校 体育館
- 対象 成人でヨガ初心者の方  
※初心者向けの教室のため、未経験者を対象としたメニューです。
- 指導者 調整中
- 定員 30名
- 申込方法 令和4年10月 日 ( ) から令和4年10月 日 ( ) までの間に  
下記へお申込みください。(多数抽選)
- 静岡市コールセンター (年中無休)  
TEL: 054-200-4894 (8時~20時)
- 参加料 1,000円 (全4回分 保険料を含む)  
※参加料は初回に徴収します。なお、大雨など警報発令等の理由で開催を中止した  
場合、中止回分の返金はありませんので、ご了承ください。
- 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、動きやすい服装
- その他
- お子様を連れて参加される場合は、お申込みの際お伝えください。
  - マスクを着用してご来場ください。
  - 受付にて消毒、検温を実施しますので、ご協力ください。

- ※ 会場の駐車場については、裏面をご覧ください。
- ※ 申込者の個人情報は、当教室以外の目的には使用しません。

- 主催 葵小学校施設利用運営協議会
- 共催 静岡市
- 協力 城内地区スポーツ推進委員



★前回教室の様子★

# ★会場及び駐車場のご案内★

会 場：静岡市立葵小学校 体育館

