

ゆがみ改善 ストレッチ

～硬くなった身体を
ほぐしゆるめるストレッチ～
全8回



開催日

9. 2_(火) 9_(火) 16_(火) 30_(火)
10. 7_(火) 14_(火) 21_(火) 28_(火)

10:00～11:30

NCVふくしまアリーナ

講師

健康運動指導士 佐藤雪絵 先生

持ち物

ヨガマット(貸出用もございます)
飲み物

対象・定員

18歳以上・30名

受講料

5,000円

受付期間

8/4(月)～8/6(水)

申し込みは
こちらから



お問い合わせ

公益財団法人福島市スポーツ振興公社
事業企画係



024-503-0457

福島市霞町4番45号 NCVふくしまアリーナ内

福島市スポーツ振興公社



<https://www.sportspc.jp>

