

令和7年度

けん び そう

# 健美操

ツボ・経絡を刺激ながら呼吸を整え、  
身体の内面から改善調整していく、身体に優しい体操です！  
初めての方、体力に自信のない方など  
ぜひご参加下さい！

## 【開催日程】

### 【午前】

10:00～11:00

6/3(火)・9/2(火)

11/26(水)・2/3(火)

上記の4回

### 【午後】

13:30～14:30

7/18(金)・8/5(火)

10/3(金)・12/2(火)・3/17(火)

上記の5回

【場 所】 北部体育館 柔道場

【対 象】 18歳以上の人

【定 員】 各50人

【受講料】 各回500円

【持ち物】 飲み物

【申込方法】 開催日当日、会費持参のうえ、窓口にお越しください。



【その他】 開催時刻の2時間前から終了時刻までの間に静岡市南部に[大雨・洪水・暴風]警報が発表されている/された場合は、教室は中止です。

主催



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



問合せ 静岡市北部体育館

☎054-255-6262