

指定管理者 三幸株式会社

後援:浜松市

浜松市武道館主催

癒しのヨガ教室

開催日 2025年
4/3・10・17・24
5/8・15・22・29
6/5・12・19・26
5/1は休講日

季節に合わせたヨガのポーズや呼吸法を行い、体を動かすことで体の歪みを直したり、自律神経を整えることができる教室です

毎週木曜日

10:00~11:30

浜松市武道館 道場

■料 金:3か月 6,000円 (途中入会の場合も6,000円)
(欠席による返金はございません。ご了承ください。)

■募集人数:50名

■対 象:18歳以上の方

■講 師:福村 和美 (ハートスピリッツ専属インストラクター)

■申込方法:直接施設にてお申込み

■持 ち 物:ヨガマットまたはバスタオル、飲料水、タオル
ヨガマットレンタル有(200円)

お問い合わせ

浜松市武道館

TEL:053-456-0314

FAX:053-456-0552