

1月分

～心と身体をリラックス～

リラックスストレッチ



教室詳細

- 場 所** 吹田市立総合運動場
- 日 時** 令和7年1月7日・21日（火）
19:00～19:40
- 受講料** 1,200円（全2回）
※税込・傷害保険料含む
- 対 象** 中学生以下を除く（初心者歓迎）

コーチ紹介



山野 慎太郎

一日の終わりに
ゆっくりとストレッチで
身体を緩めましょう
みなさんのご参加
お待ちしております。

●レッスン内容
どなたでも出来るストレッチを行います。

●定員は15名です（先着順）
●受付：令和6年12月1日～教室前日まで
※申込みはお電話か直接来場ください。

●持ち物：動きやすい服装・タオル・飲み物・
バスタオルorヨガマット
(室内は柔らかいマットが敷いています。
下に敷くものがなくても大丈夫です。)

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。



吹田市立総合運動場

TEL：06-6386-5635

〒565-0835 吹田市竹谷町37-1
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7137>

●営業時間 9:00～21:00

●休場日 毎月第3月曜日・年末年始
※第3月曜日は夜間のみ営業