

# 姿勢ウォーキング& ストレッチヨガ

◎ストレッチヨガとウォーキングを通して心と姿勢を整え、有酸素運動で脂肪を燃焼しましょう！



**新規受講生募集中！**

- 場 所： 布引陸上競技場(会議室)
- 日 時： 金曜日 10:00~11:15
- 受講料： 1,100円/回  
毎月の開催日数の金額となります。  
例：月3回開催→3,300円
- 講 師： 竹井 英美
- 定 員： 20名 ※18歳以上の方が対象となります

●動きやすい服装、飲み物、タオル、ヨガマット、屋外用シューズを持参してください。

東近江市総合運動公園 布引陸上競技場  
TEL : 0748-20-1230  
〒527-0067 滋賀県東近江市芝原町1503番地  
営業時間：9:00~22:00  
休園日：年末年始、水曜日、祝日の翌日

主催 東近江スポーツみらい創発パートナーズ  
主管 公益財団法人東近江市地域振興事業団