

1回ごとに参加できる気軽な講座、  
体調を整えたい方にオススメ。

# 朝のさわやかヨガ レッスンタイム①

ゆったりとした呼吸と  
ストレッチ効果で  
ココロもカラダもリラックス。

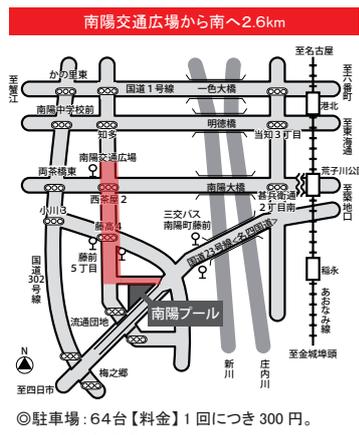
- ◎会場 名古屋市南陽プール 軽運動室
- ◎講師 スポーツマックス所属 海野美知代インストラクター
- ◎持ち物 運動のできる服装・タオル・飲料水など
- ◎対象 一般(中学生を除く15歳以上)
- ◎定員 30名
- ◎受付時間 当日9時より窓口受付(先着順)

参加料(1人)/1回300円

※傷害補償制度を設けています。

日程 / 4月～7月(火曜日)・9時15分～10時15分

4月	9日	16日	23日	30日
5月	7日	14日	21日	28日
6月	4日	11日	18日	25日
7月	2日	9日	16日	23日



名古屋市南陽プール

〒455-0855名古屋市港区藤前四丁目701番地

指定管理者(公財)名古屋市教育スポーツ協会

この印刷物は、古紙パルプを含む再生紙を使用しています。

TEL 052-303-2015  
FAX 052-303-2016

南陽プール 検索



◎駐車場: 64台【料金】1回につき300円。  
(30分以内は無料)

※お得な回数券もあります。