

楽しく運動不足を解消!

一緒に体力づくりしませんか?

SUPヨガ教室

SUPボードを使用したヨガの教室♪
初心者の方も安心して参加いただけるワークアウトです。

ところ

花岡総合
スポーツ公園
多目的プール

開催日

6/17(火)、6/24(火)
6/27(金)、7/ 1(火)
7/11(金)、7/15(火)
8/26(火)、9/ 2(火)

じかん

14時30分
～
15時30分

無料

参加料

講師

103YOGA道場
仙台なな先生

全8回

日本サップヨガ協会
公認インストラクター

定員

7名
(先着順)

参加対象

市内在住の
20歳以上

【申込先】

大館市スポーツ振興課

TEL 43-7148 9:00～17:00(土日祝は休み)

✉ sports@city.odate.lg.jp

【受付期間】

5月7日(水) から 6月6日(金) まで



※左の二次元コードからもお申し込みできます

参加された方には大館市健康ポイントを
10ポイント付与します。

※複数回の参加でも10ポイント

