

令和8年度

# ナイトヨガ☆リラックスタイム

※9, 10月はアジア・アジアパラ競技大会開催による練習会場のため休講

◆ 全て土曜日 ◆

4月	11日	18日	25日	10月	—	—	—
5月	2日	16日	30日	11月	7日	28日	
6月	6日	13日	20日	12月	12日	19日	
7月	11日	18日	25日	1月	9日	30日	
8月	8日	29日		2月	6日	13日	20日
9月	—	—	—	3月	6日	13日	

時間：19時～20時15分

対象：中学生以上

受講料：300円／1回

受付：18時40分～

先着50名

場所：第2競技場

※状況によっては定員を減らす場合もあります

週末にリラックス

ストレス解消に

## 名古屋市名東スポーツセンター



〒465-0067 名東区猪高町大字高針字勢子坊 307-12

Tel(052)705-4948 Fax(052)705-4952

【指定管理者】(公財)名古屋市教育スポーツ協会

