

# 富士山の日特別レッスン

2026年2月24日火曜日

①のびのびストレッチ 20名  
10:30～11:00

②簡単筋トレエクササイズ 20名  
11:15～12:00

陸上競技場 2階

無料

申し込み 2/2～2/18  
硬式野球場窓口  
電話申し込み可

草薙総合運動場 054-261-9265

指定管理者 東京ドーム・東急コミュニティー・静鉄共同事業体



- ・冷え性改善
  - ・柔軟性向上
  - ・姿勢改善
  - ・筋持久力UP
- 健康への一歩を踏み出そう！！