

【重要】来年度第1期募集については、指定管理候補者として行うものです。  
管理者の正式決定は、静岡市2月議会の議決（3月中旬）となるため、その点ご承知おきください。

# ピラティス



～マットピラティスを楽しもう～

4月							5月							6月							7月								
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4						1	2			1	2	3	4	5	6					1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11		
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18		
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25		
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31			
							31																						

時間：19:30～20:30

場所：2階 多目的室

対象：18歳以上の女性

定員：25人

受講料：① 8回 5,600円

② 1回 900円

持ち物：運動の出来る服装・水分補給ができる物

ヨガマット・フェイスタオル

※指導者等の都合により、  
日時を変更する場合があります。  
予めご了承ください。



(35 cm× 80 cm程度)



申込み：① 3/6（金）19:00～

- ・受講料持参のうえ直接東部体育館窓口へお申込みください。
- ・受付開始時刻に定員を超える申込者があった場合は、その場で抽選となります。（抽選となった場合は1人1名分、代理申込は18歳以上）
- ・定員に満たない場合は、1回900円で受講できます。（受付順）

## ②当日窓口でお支払い

※ 開始時刻の2時間前から終了時刻までの間に静岡市南部に

[大雨・洪水・暴風]警報のうちいずれか1つでも発表されている/された場合は中止です。

主催



公益財団法人  
静岡市スポーツ協会  
Shizuoka City Sports Association



静岡市東部体育館  
お問い合わせ 指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会  
TEL：054-264-8485

