

教室を体験

ちょっと時間が空いたから…

しませんか

受講料1回 500円

◆持ち物：室内シューズ・水分補給の飲み物・タオル
・受講料・マスク

見学は常時可能です

★ 体験できる教室 ★

10:00～11:00

(水) 筋トレ&エアロビクス

13:30～14:30

(火) 姿勢改善

(木) 70歳以上の健康体操

(金) ストレッチ&エアロビクス

◆開催日程は各教室の開催要項をご覧ください



【 問い合わせ 】

静岡市長田体育館

054 (257) 3411

