

令和8年度

第1期

フィットネス教室

開催要項

ストレッチ、エアロビクス、ダンス、筋力トレーニング等
様々なエクササイズを楽しみます。

1. 場所 剣道場

2. 日時 木曜日 19時00分～20時00分

4月	9	16	23			6月	18	25			
5月	21	28				7月	2	9	16	23	30

(全12回)

3. 対象 18歳以上の人

*「スポーツ教室のきまり」に同意される方

4. 定員 25人

5. 指導者 (公財)静岡市スポーツ協会 インストラクター

6. 受講料 12回 8,400円

7. 持ち物 体育館シューズ・飲み物

8. 備考 ●「スポーツ教室のきまり」を必ずご覧ください。(裏面に記載)

●駐車場が満車の際には、近隣の有料駐車場をご利用ください。

空きがある場合…
教室体験できます
1回900円

当日直接窓口にお越しください

募集日時 令和8年3月19日(木)18時30分 受付開始
受講料持参の上、事務所窓口にお越しください。

[申込の流れ] *受付開始時点で希望者(受付会場にお越しの方)が定員を超えている場合は、その場で「抽選」を行います。

(1人1名分・代理申込の方は18歳以上に限ります。)

*定員に満たない場合は 5月31日(日)20時まで
事務所窓口にて受け付けます。(申込順)

【主催】



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



【お問合せ】 静岡市南部体育館

(指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会)

TEL：054-285-1133

