

【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。

令和8年度 第1期 手具を使った体操教室 (水曜)

清水総合



タオルや軽いダンベルなどを使い、全身運動を行います。
全身をほぐし、血行を促進して健康維持に効果的な

場 所

清水総合運動場 柔道場



日 時

水曜日

13時30分～14時30分

4月	8	15	22			6月	3	10	17	24	
5月	13	20	27			7月	1	8	15	22	

(全14回)

対 象

18歳以上の人



定 員

30人

指導者

(公財)静岡市スポーツ協会 インストラクター

受講料

- ①14回：7,000円
- ②1回：700円(回数券の販売あり)

申込み

- ①3月4日(水)10:00～ 事務所窓口
- ②参加当日に直接柔道場にお越しください



持ち物

運動のできる服装・水分補給ができる物・タオル・外靴入れ袋・ヨガマット

【主催】

公益財団法人
静岡市スポーツ協会



【お問合せ】

静岡市清水総合運動場
(指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会)
TEL：054-334-5049

公式Xアカウント

