

【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。  
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。

管

## 令和8年度 第1期 ストレッチ&エアロビクス(金曜)教室 開催要項

誰でもできるストレッチとエアロビクスを行い、終わった後は、  
カラダもココロも心地よくほぐれて軽くなる教室です。

1. 場 所 アリーナ  
2. 日 時 金曜日 13時30分～14時30分

4月	10	17	24			6月	5	12	19	26	
5月	1	8	15	22	29	7月	3	10	17	24	

(全16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 110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 ①16回 6,400円 ②1回 700円(回数券の販売あり)
7. 申込み ① 令和8年3月13日(金)13時00分～窓口  
② 参加当日に窓口にてお支払いください。
8. 持ち物 スポーツ教室領収書・運動のできる服装・体育館シューズ  
ヨガマット(お持ちの方)・水分補給ができる物・タオル
9. 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)  
●定員に満たない場合は、5月31日(日)20時まで受付ます。

【主 催】



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



【お問合せ】 静岡市長田体育館

(指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会)

TEL：054-257-3411