

# 3ステップ エクササイズ

3つのステップをベースに  
気軽に楽しく踊ってみませんか☆

4月23日、5月14日、28日

6月18日、7月2日、23日

すべて水曜日 10:45~11:45

音楽に合わせて  
楽しくエクササイズ  
したい方☆

やさしい動きの  
ダンスを楽しみたい方  
におススメです☆

講師の  
千葉可奈子です

対象 18歳以上の人  
定員 各回50人  
受講料 各回500円  
場所 中央体育館 アリーナ  
持ち物 室内シューズ・飲み物

予約は不要です。  
当日、受講料500円持参でご来館ください。  
「スポーツ教室のきまり」をご覧ください。  
受講生用の駐車場はございません。  
近隣の有料駐車場をご利用ください。

開講2時間前以降に静岡市南部に大雨・洪水・暴風警報が  
一つでも発表された場合は教室は休講です。  
講師の都合により、教室内容が変更になる場合が  
ございます。予めご了承ください。

〈主催〉



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

〈問合せ〉

静岡市中央体育館  
(指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会)  
TEL：054-255-1010