

令和4年度

主催



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



まだまだ老け込まない!!

健康な体つくりを!!

40歳からの

筋力UP!!教室

- 実施日** 令和4年 9月 21日、28日
10月 12日、19日、26日
11月 9日、16日、30日
(水曜日) 全8回
- 時間** 13:30~15:00
- 会場** 清水総合運動場 剣道場
- 対象** 40歳から74歳までの人
(医師から運動を止められていない方)
- 受講料** 4,000円
- 定員** 20名
- 持ち物** 運動のできる服装、タオル、飲み物、体育館シューズ、マスク
- 申込み** 8月17日(水) 9:00より~申込順
清水総合運動場体育館窓口へ(マスク着用にて)



問い合わせ

清水総合運動場

清水区清開2丁目1-1

電話 054-334-5049