

令和6年度

# アクアフィットネス

～いろいろな教室～

## 水中ダンス

3月6日(木)・13日(木)

水中で音楽に合わせて体を動かすプログラム



## 平泳ぎ

1月28日(火) 2月27日(木)

平泳ぎを一から習うことができるレッスンです



時間…13:00～13:55

対象…18歳以上の人

定員…20人(各回)

受講料…600円(各回)

場所…中央体育館屋内プール

持ち物…水着・水泳帽・タオル・ゴーグル・ロッカー代20円

申込方法…1月7日(火) 9:30から中央体育館窓口・電話にて  
事前申込(先着順) ※空きがある場合は当日でも申込可  
受講料は開催日当日にプール受付で徴収します。

☆教室開催2時間前から静岡市南部に大雨・洪水・暴風警報のうち1つでも発表されている又は発表された場合は中止となります。ご了承下さい。

☆当館は教室生用の駐車場はありません。文化会館地下有料駐車場等をご利用ください。

【主催】



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



【お問合せ】

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