

令和4年度

北部体育館

夏

健康運動

プログラム

男性限定

疲れにくい体を手に入れてみませんか。

やさしいヨガ

7月25日(月) 13:30~14:30

8月 8日(月) 13:30~14:30

8月23日(火) 10:00~11:00

コア(体幹)トレーニング

7月19日(火) 10:00~11:00

7月26日(火) 13:30~14:30

8月 2日(火) 10:00~11:00

会場：北部体育館 剣道場

対象：18歳以上の男性

定員：各回20人

受講料：各回500円

持ち物：マスク・飲み物・体育館シューズ

申込み：開催日当日、直接窓口へ(申込順)



主催



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



【問合せ】

静岡市北部体育館

☎ (054) 255-6262