

令和7年度

エアロビクス教室

各回 500円
10:50~11:50

東部体育館アリーナ

定員:110人
対象:18歳以上の人

日程 & テーマ

12月 16・23・1月 13・20
エアロビクスとストレッチ

1月 27・2月 3・10・17
格闘技エクササイズ

2月 24・3月 3・10・17
ダンスエクササイズ

火曜日 (全12回)

△予約不要です

△開催当日、東部体育館にてお申込みください (受付開始10:30~)

△開始時刻の2時間前から終了時刻までの間に静岡市南部に[大雨・洪水・暴風]警報のうち

いずれか1つでも発表されている/された場合は中止となります

- 持ち物
- 運動ができる服装
- 水や補給用の飲み物
- 体育館シート

主催



お問い合わせ 〈指定管理者: (公財) 静岡市スポーツ協会〉
TEL: 054-264-8485

短期教室

