

令和7年度

# エアロビクス教室

いろいろな

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  
・運動のできる服装  
・水分補給用の飲み物  
・体育館シューズ

主催



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



静岡市東部体育館

お問合せ 指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会

TEL：054-264-8485

短期教室



X

