

令和6年度

長田体育館

# イスに座って



# 生き活き体操



令和6年3月5日（火）11：50より受付開始

☞開催時刻の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  
またはされた場合は中止となります

## 開催日

[4月] 23・30

[5月] 14・21・28

[6月] 4・11・25

[7月] 2・9

火曜日（全10回）

## 開催時間

10：50～11：50

## 会場

長田体育館 多目的室

## 対象

18歳以上の人

## 定員

15人 ※定員になり次第受付終了します

## 受講料

5,000円

※定員に満たない場合は1回600円で参加できます。

## 持ち物

体育館シューズ（室内履き）・タオル

運動のできる服装・水分補給用の飲み物



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



静岡市長田体育館

お問合せ（指定管理者：（公財）静岡市スポーツ協会）

TEL：054-257-3411