

令和6年度

# 女性アクアウォーキング

## 開催日

- ①8月29日(木) ②9月5日(木)  
③9月12日(木) (全3回)

時間：14時00分～14時50分

場所：中央体育館屋内プール

内容：水中でのウォーキングやヌードル・  
ビート板などを使った筋トレ

対象：18歳以上の女性

定員：30人

受講料：1,800円(3回分)

持ち物：水着・水泳帽・タオル・ロッカー代20円

申込方法

- 8月8日(木) 10:00 申込開始(申込順)
- 中央体育館窓口にて受付します。
- 受講料をお持ちください。

【主催】



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



【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