

令和4年度

セミパーソナルで行う 筋力アップトレーニング

各受講者に寄り添い、各々に適したメニューでトレーニングを行います。

7月11日・25日

8月 8日・15日・22日・29日 月曜日

時間

午前 11:10~12:00
午後 15:00~15:50

会場

柔道場

対象

18歳以上の人

定員

各回3人程度

受講料

各回 1,000円
開催日当日、会費持参のうえ
窓口にお越しください

持ち物

飲み物・マスク

申込日時

6/27 (月) 9:00~ (申込順)
北部体育館窓口・電話にて予約受付

主催



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



【お問合せ】 静岡市北部体育館
☎ (054) 255-6262