

令和5年度

おやこふれあい

広い屋内施設で自由にのびのびと遊べるよ!!
インストラクターが手遊びや色々な運動をやるよ!!

**AM10:00~
AM11:30**

対象
1歳~3歳の子と保護者
(開催日時点)

○ おやこふれあい

おやこdeシェイプ

おやこで楽しく運動しましょう。運動不足のパパママ集まれ!

**AM10:00~
AM11:00**

対象
5ヶ月~3歳の子と保護者
(開催日時点)

△ おやこdeシェイプ

10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

11月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

会 場 : 剣道場
定 員 : 親子 各回20組 (子2人まで)
受講料 : 各回 500円/組 (子2人は700円)
申込方法 : 当日直接窓口へ
持ち物 : 体育館シューズ・飲み物
(ハイハイの子は不要)



公益財団法人
静岡市スポーツ協会



【お問合せ】 静岡市北部体育館
☎ (054) 255-6262