

令和5年度

初心者

ジョギング教室 (全12期)

受講料 (各期)

1,000円



開催日

	1日目	2日目	予備日	申込開始日
1	4.13 (木)	4.20 (木)	4.27 (木)	4.7 (金)
2	5.11 (木)	5.18 (木)	5.25 (木)	4.27 (木)
3	6.1 (木)	6.8 (木)	6.15 (木)	5.18 (木)
4	6.22 (木)	6.29 (木)	7.6 (木)	6.8 (木)
5	7.13 (木)	7.20 (木)	7.27 (木)	6.29 (木)
6	8.31 (木)	9.7 (木)	9.14 (木)	8.17 (木)
7	9.21 (木)	9.28 (木)	10.5 (木)	9.7 (木)
8	10.12 (木)	10.19 (木)	10.26 (木)	9.28 (木)
9	11.9 (木)	11.16 (木)	←日程変更(予備日無し)	10.19 (木)
10	11.30 (木)	12.7 (木)	12.14 (木)	11.16 (木)
11	2.22 (木)	2.29 (木)	3.7 (木)	2.8 (木)
12	3.14 (木)	3.21 (木)	3.28 (木)	2.29 (木)

※開始時刻の2時間前(17:00)から終了時刻の間に、静岡市南部に【大雨・洪水・暴風】警報のうちいずれか一つでも発表されている、または発表された場合は教室が中止となります。

時間 19:00~20:30

会場 駿府城公園内 (集合は駿府城マ・アンド・リフレッシュステーション)

対象 ジョギング初心者で18歳以上の方
※医師から運動を止められていない方

講師 (公財)静岡市スポーツ協会 インストラクター

申込み 申込開始日 12:00より
専用申込フォームにて受付開始

※専用申込フォームでの受付が終了した場合は、お電話でお申込みを受け付けます。

お申込みはこちらから!!



走るための身体づくりを学んで、
楽しく無理なく走りましょう!!



(公財)静岡市スポーツ協会
駿河区曲金 3-1-10 ツインメッセ静岡 西館 2F
TEL:054-654-5151 FAX:054-283-6777

指定管理者 スポーツ・まちづくり共同事業体 (公益財団法人静岡市スポーツ協会・公益財団法人静岡市まちづくり公社)



静岡市スポーツ協会はスポーツ庁が進める「Sport in Life プロジェクト」に参画し、多くの方がスポーツを楽しめる社会の実現を目指します。