

初心者

受講料 ※当日集金

1,000円(全2回)

ジョギング教室

日時

令和2年
2月8日・15日(土) 9:30~11:00
予備日 22日(土)
(※小雨決行・荒天中止)

※開始時刻2時間前(7:30)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1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。

会場

駿府城公園内(集合は駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーション)

★当日の受付は、9:00より
「静岡市駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーション」にておこないます。

対象

ジョギング初心者で20歳以上の方
※医師から運動を止められていない方

定員

30名(※申込順)

持ち物

運動のできる服装・タオル・水分補給用の飲み物

内容

正しいフォームを学び、楽しく無理なく走ります!!

講師

(公財)静岡市体育協会
インストラクター

申込方法

令和2年1月27日(月)午前9時より

電話(☎654-5151)にて「申込順」で

受け付けます!

(公財)静岡市体育協会

受付時間 月~金(祝日を除く) 9:00~17:00

指定管理者:駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーション管理運営共同事業体
(公益財団法人静岡市体育協会・公益財団法人静岡市まちづくり公社)

