

# 初心者

受講料

※当日集金

1,000円 (全2回)

# ジョギング教室

令和2年

日時

5月14日・21日(木) 19:00~20:30

予備日 28日(木)

(※小雨決行・荒天中止)

※開始時刻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、18:30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4月20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)