

正しいフォームを学び

楽しく無理なく走ります!



受講料 ※当日集金

1,000円

# 初心者 ジョギング教室

2020

10.15(木) 10.22(木) 予備日 10.29(木)  
19:00~20:30 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 10名(申込順)

※医師から運動を止められていない方

持ち物

マスク・運動のできる服装・タオル・水分補給用の飲み物

※駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーション内では  
必ずマスクの着用をお願いします。

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10月5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 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)



Sport in Life

静岡市体育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。