

# トランポリン



## 10月~11月

# 教室

内 容：トランポリンを楽しみ体験してもらいながら、バランス感覚・運動能力・体力向上を目的とする。

実施日：火曜日（祝日等は除く、下記参照）

| 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 |    |    |    |    |

| 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 |    |    |    |

(全 6 回)

○・・・教室開催日      ■・・・休館日

講 師：坂口 久美      (静岡市体育協会職員)

時 間： 1部 18:00~19:15      2部 19:30~20:45

場 所：清水総合運動場 体育館

定 員：1部・2部 各10名

受講料：4,200円

対 象：市内に住む小学生から60歳の男女（医師から運動を止められていない方）

募集日：平成30年10月2日(火)18:00~18:10までに清水総合運動場体育館にお集まりください。※定員を超えた場合は、その場で抽選になります。上記の募集開始時刻の2時間前から募集時刻までに気象に関する警報が発表された場合の延期日は下記のとおりとします。

※10月9日(火)同時刻

