

# トランポウォーク 教室

有酸素運動で脂肪を燃やそう!

実施日 令和3年10月3日(日) 予備日10月24日(日)

時間 10:00~11:30

場所 清水総合運動場 武道場

受講料 1,000円

対象 18歳以上 15人 (健康で妊娠されていない方)

募集日 令和3年9月4日(土) 清水総合運動場窓口にて  
9:00~申込順(マスク着用でお越しください)  
受講料は開講日当日に徴収します

指導者 片山ひとみ(静岡県ミニトランポウォーク協会 公認指導員)

持ち物 体育館シューズ・タオル・飲み物・マスク

内容 小さなトランポリンの上で楽しくウォーキング!!  
誰でも気軽に参加できます

その他 ミニトランポリンは施設で用意します

問い合わせ: 清水総合運動場 静岡市清水区清開2-1-1 ☎ 054-334-5049