

令和5年度

受講料500円(各回)

春の



ウォーキング教室

In中央体育館

Let's Walking!

外に出る機会が増えるこの季節にぜひご参加ください！
ご自分のペースで歩けますよ♪

効果的な
身体の使い方を学ぼう



室内だから
雨でも安心！



歩く前後の
ストレッチも
紹介します



開催日時 4月19日、26日、5月10日、17日
すべて水曜日 10:45~11:45

開催場所 中央体育館 アリーナ

対象 18歳以上の人(50人)

持ち物 体育館シューズ、飲み物、タオル

申し込み 予約は不要です。当日受講料500円持参でご来館ください。

その他 「スポーツ教室のきまり」をご覧ください。
受講生用の駐車場はございません。
近隣の有料駐車場をご利用ください。



〈主催〉



公益財団法人

静岡市スポーツ協会

Shizuoka city Sports Association

〈問合せ〉

静岡市中央体育館

〈指定管理者〉(公財)静岡市スポーツ協会

TEL: 054-255-1010