

ストレッチ、エアロビクス、ダンス、筋力トレーニング等  
様々なエクササイズを楽しめます。

1. 場 所 剣道場

2. 日 時 木曜日 19時00分～20時00分

8月	20	27				10月	1	8	15	22	29
9月	3	10	17	24		11月	5	12	19	26	

(全15回)

3. 対 象 18歳以上の人  
\*「スポーツ教室のきまり」に同意される方

4. 定 員 25人

5. 指導者 (公財)静岡市スポーツ協会 インストラクター

6. 受講料 15回 10,500円

7. 持ち物 体育館シューズ・飲み物

8. 備 考 ●「スポーツ教室のきまり」を必ずご覧ください。(裏面に記載)  
●駐車場が満車の際には、近隣の有料駐車場をご利用ください。

空きがある場合…  
教室体験できます  
1回900円

当日直接窓口にお越しください

**募集日時** 令和8年7月16日(木)18時30分 受付開始  
受講料持参の上、事務所窓口にお越しください。

[申込の流れ] \*受付開始時点で希望者(受付会場にお越しの方)が定員を超えている場合は、その場で「抽選」を行います。

(1人1名分・代理申込の方は18歳以上に限ります。)

\*定員に満たない場合は 9月30日(水) 20時まで  
事務所窓口にて受け付けます。(申込順)

【主催】



公益財団法人

静岡市スポーツ協会



【お問合せ】

静岡市南部体育館

〈指定管理者：(公財)静岡市スポーツ協会〉

TEL：054-285-1133

