

令和8年度

パンチ&

時間

10:50~11:50

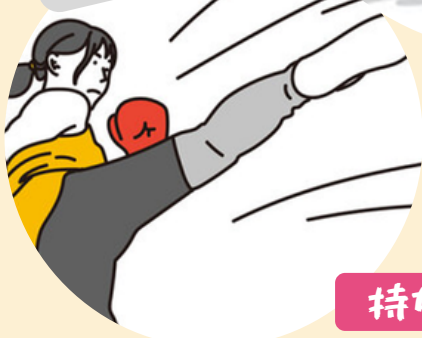
キックdeエアロビクス教室

8月							9月							10月							11月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1			1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30					
30	31																										

格闘技風 エアロビクス



ストレス解消!
いい汗流そう!



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

場所

2階 武道場

定員

15人

★定員に満たない場合は「1回受講」できます。

受講料

① 7回 3,500円

② 1回 700円

申込み

① 7月8日(水) 9:10~

受付開始時刻に定員を超えている場合は、その場で抽選となります。

(1人1名分・代理申込の方は18歳以上に限ります。)

② 当日窓口にてお支払い

持ち物

運動のできる服装・室内専用シューズ
水分補給ができる物

その他

開催時刻の2時間前から終了時刻までの間に静岡市南部に[大雨・洪水・暴風]警報のうち、いずれかひとつでも発表されている/された場合は、教室は中止です。



公益財団法人
静岡市スポーツ協会
Shizuoka city Sports Association

主催



お問合せ

静岡市東部体育館

指定管理者：(公財) 静岡市スポーツ協会

054-264-8485

静岡市葵区東千代田2丁目3-1

東部体育館X

