

胆沢総合体育館自主事業 コンディショニング教室実施要項

1 目的 スポーツに楽しむきっかけづくりを行い、スポーツ人口の拡大を図りながら、地域全体の健康保持・増進と生涯スポーツの振興に資することを目的とする。

2 主催 一般社団法人奥州市体育協会 胆沢総合体育館

3 日時 1回目 令和6年10月5日(土) 12:00~13:00(11:30~受付)
2回目 令和6年10月26日(土) 18:00~19:00(17:30~受付)

4 場所 胆沢総合体育館 会議室



*参加費受講金額表	
1回	700円
2回	1,300円

5 対象 小学4年生以上~成人

6 講師 菊地奏子(NCA日本コンディショニング協会認定インストラクター)

7 内容 両日とも1時間の実技講習となります。
身体のバランスを整え、運動機能を向上させる新しい運動です。

8 参加料 一人 1,300円(2回分、傷害保険料含む)*1回のみ参加も可、上記参照

9 その他 運動ができる服装にてフェイスタオル・バスタオルを各自持参願います。
37.6℃以上の発熱・咳などの症状がある場合は、参加・見学をお控えください。
「マスクの着用はその場に応じて」個人の判断を基本といたします。

10 申込み・ 開催**10日前**までに参加費を添え、別紙申込用紙に記入し、体育館窓口へ提出するか、
問合せ先 メールまたはQRコードからお申し込みください。

QRコードでお申込みの場合は、申込後にGoogleフォームから確認メールが送信されます。(QRコード・メールでお申込みの場合の参加費は、当日でも可)

※団体用申込用紙が必要な方は、体育館までご連絡ください。



胆沢総合体育館 電話 0197-46-3427
メール taikyo-isawa23@gmail.com

QRコードでお申込みはこちらから⇒



キ リ ト リ

コンディショニング教室申込書

申込日	令和6年 月 日				
フリガナ		学年/年齢		性別	
氏名		所属チーム			
住所		TEL			
承諾書	教室開催期間内において発生した一切の事故や怪我などについては、保険の適用範囲内となり、主催者側は一切の責任を負いかねますことをあらかじめご了承ください。				
	保護者氏名				