

## 2019年度前期 笠松スポーツ教室(骨盤ストレッチ)募集要項

- 1 主 催 公益財団法人茨城県体育協会笠松運動公園管理事務所
- 2 内 容 骨盤調整を目的とした様々な体操で、腰痛予防・軽減、シェイプアップにも効果的なクラスです。
- 3 開催日 毎週金曜日10回

コース	期	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
金曜	前期	5/10	5/24	5/31	6/7	6/14	6/28	7/5	7/12	7/19	7/26
		5/17, 6/21 を除く									

- 4 時 間 午後7時30分～午後8時30分
- 5 場 所 笠松運動公園 屋内水泳プール兼アイススケート場 多目的室
- 6 対 象 大人
- 7 募集定員 30人(定員になり次第締め切ります) ※最少催行人数7人(6人以下の場合は行いません)
- 8 受講料 8,000円
- 9 保険料 1,850円 (65歳以上 1,200円)
- ※任意加入とします  
 ※スポーツ安全保険に団体に加入します。教室中のけがや往復の交通の際にも適用となりますので加入をお勧めします。笠松スポーツ教室共通で年度内(2020年3月31日まで)有効です。
- 10 募集期間 2019年 4月 13日(土)～ 22日(月) ※受付時間は午前9時から午後5時までです。
- 11 申込方法 管理事務所の受付に申込書を持参してください。先着順とし、定員になり次第締め切ります。  
 受講料・保険料は申し込み時に納入してください(保険料は希望者のみ)。  
受講料納入後の払い戻しはいたしません。  
 受付初日は、午前8時30分より屋内水泳プール兼アイススケート場2F 玄関前にて整理券を配付いたします。整理券は1人1教室(1コース)につき2枚までのお渡しとなりますのでご了承ください。  
 なお、整理券は受付初日の午後5時まで有効ですので、受付時間内に受講手続きをお願いします。  
 人数が定員に満たない場合でも追加募集は致しません。  
2019年度は茨城国体で教室が開催できない期間があるため、通年申込み(前期・後期まとめて)の受付は致しません。
- 12 指導者 関 真由美 先生
- 13 服 装 動きやすい服装
- 14 携 行品 飲料水・タオル等
- 15 問合せ 笠松運動公園管理事務所(屋内水泳プール兼アイススケート場内)  
 申込み先 〒312-0001 ひたちなか市佐和 2197-28 TEL029-202-0808
- 16 その他 ※個人情報については、笠松スポーツ教室のみに利用いたします。  
 ※笠松スポーツ教室で撮影した写真は、ホームページ等への掲載や広報活動に利用することがあります。予めご了承ください。  
 ※教室受講にあたり、健康上ご不安なことがある場合は、教室初回までに申し出て下さい。  
 (担当 野澤, 鈴木,)

キリトリ ✂

2019年 4月 日

2019年度前期 笠松スポーツ教室(骨盤ストレッチ)申込書

住 所	〒				
電話番号	(自宅)		生年月日	昭和・平成 年 月 日 歳	
	(携帯)				
フリガナ	氏 名			性 別	男 ・ 女
保険の加入 (該当欄に○)	加入する (1,850円・1,200円)	加入しない	加入済み ( )教室	期 間	前期 (8,000円)

※保険 — 2020年3月31日まで有効。1回の加入で笠松のすべての教室が保険の対象となります。

〈同意書〉本教室に参加するにあたり、指導者の指示に従い、健康・安全に留意します。また、万一事故の場合は、自己の責任として、主催者に対して一切の責任は問わないことに同意します。

(氏 名) \_\_\_\_\_