

令和8年度 第2期 笠松スポーツ教室(らくらく筋活)募集要項

- 1 主催 公益財団法人茨城県スポーツ協会 笠松運動公園管理事務所
2 内容 トレーニング初心者を対象として、マシンを使った筋トレや有酸素運動を行い、運動の習慣化を図っていきけるようにします。当園トレーニング室も使用しながら進めていきます。
3 開催日 木曜日 全10回(9/24、10/29、11/12は開催しません)

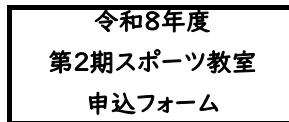
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9/3	9/10	9/17	10/1	10/8	10/15	10/22	11/5	11/19	11/26

- 4 時間 13:30~14:30
5 場所 笠松運動公園 山新スイミングアリーナ 多目的室
6 対象 成人
7 募集定員 20人 ※8人以下の場合は、開催しない場合があります。
※申込者が定員を超える場合は、抽選となります。
8 受講料 8,000円(税込)
※ 手続期間に入金してください。
9 保険料 2,000円(65歳以上は1,200円)
※ 保険加入については任意としますが、教室中のけがや往復の交通にも適用となりますので、加入をお勧めしております。笠松スポーツ教室共通で年度内(令和9年3月31日まで)有効です。
※ 今年度第1期の教室に参加し、保険に加入された方は、新たに保険に加入する必要はありません。

- 10 申込方法 WEB申込
◇ 下記QRコードの申込専用フォームから必要事項を入力の上お申し込みください。

※ 申込に関する注意事項

- ・ 申込は1人1教室(1コース)ずつ入力してください。
- ・ 申込後に自動送信メールが届かない場合は、笠松運動公園管理事務所にお問い合わせください。
- ・ 参加者本人の氏名でお申し込みください。また、参加の権利を他人に譲渡することはできません。
- ・ 同じ教室への複数回の申込みは無効とさせていただきます。
- ・ WEBによる申込みが困難な場合は、笠松運動公園管理事務所までご連絡ください。



<https://forms.gle/BiUx2NdtnnTjypTU6>

- 11 申込スケジュール 応募期間 7/10(金)9:00~7/24(金)17:00
結果発表 8/6(木) ● 登録メールアドレス宛てに結果送信
手続期間 8/6(木)~8/13(木)
※ 手続期間内に受講料等の入金がない場合は、キャンセル扱いとします。
12 指導者 東郷 俊輔(当園トレーニング室指導員)
13 服装 運動着
14 携行品 飲料水、タオル、室内用シューズ、ヨガマット、着替えなど
15 問合せ 笠松運動公園管理事務所(山新スイミングアリーナ内)
申込先 〒312-0001 ひたちなか市佐和2197-28 Tel 029-202-0808
16 その他
・ 主催者側で教室を中止した場合に限り、未受講分の受講料のみ返金いたします。
・ 受講にあたり、健康上不安なことがある場合は、教室初回までにお申し出ください。
・ 提出いただいた個人情報は、笠松スポーツ教室にのみ使用します。また、笠松スポーツ教室で撮影した写真は、当公園のHPやSNS等への掲載及び広報活動に使用することがありますので、予めご了承ください。
・ 登録メールアドレス宛に、今後開催されるスポーツ教室のご案内をさせていただく場合があります。