

～定期的に参加できる1時間の運動教室～

# アリーナ60分プログラム 7月

※各回定員30名! 複数参加可能です!

①7/14(水) 19:00~20:00 体幹トレーニング 岡本優紀 先生

申込期間 6/13(日)~7/7(水)

筋力・体幹UP(\*'▽')!

②7/21(水) 19:00~20:00 体幹トレーニング 松井直樹 先生

申込期間 6/13(日)~7/14(水)

初心者にもオススメ(^)/

※会場は全て須賀川アリーナ サブアリーナになります。

※新型コロナウイルスの状況によっては、感染拡大防止のため、中止となることもありますので、ご了承ください。

<岡本先生>



<松井先生>



- 参加費 各回 1回200円
- 定員 各回30名(定員になり次第、締め切ります。)
- 対象 市内在住・在勤・在学の15歳以上の方(中学生を除く)
- 持ち物 マスク、体育館シューズ、ヨガマットもしくは大きめのバスタオル
- 申込方法 下記の申込用紙に必要事項を記入し、参加費を添えて窓口まで

お申し込みください。

※電話で予約した方は、申込み期間内に申込書の提出と参加費をお支払いください。

申込みの確認が取れない場合は、キャンセルとさせていただきます。

※電話での予約も承ります。(日程、内容のお間違えの無いようお願いします。)

※申し込み後のキャンセルはお受けいたしますが、参加費は返金致しません。

**【受講にあたってのお願い】**

- ① 教室中は、携帯電話・スマートフォンはマナーモードに設定の上ご参加ください。
- ② 録音・録画・写真撮影等をご遠慮ください。
- ③ 受講者以外の方の見学をご遠慮ください。
- ④ 撮影した写真は当協会チラシ及びSNS等に使用する場合がございましたのでご了承ください。

**【コロナウイルス感染拡大防止に関するお願い】**

- ・マスクの着用 ・入館時の検温 ・手指の消毒 ・教室中のソーシャルディスタンスの確保
- ※教室実施日に、体調がすぐれない場合は参加を辞退してください。

～ご協力をお願いいたします～

**【問い合わせ先】**

(公財)須賀川市スポーツ振興協会

TEL 0248-76-8111

火～日 9:00～21:00 月曜休館(※月曜祝日の場合はその翌日)

〒962-0054 須賀川市牛袋町5番地(須賀川アリーナ内)



✂ キリトリ線 ✂

**60分プログラム(7月)申込書**

7/14 体幹 No. \_\_\_\_\_

7/21 体幹 No. \_\_\_\_\_

※希望日にを付けてください。(複数可)

※申込みの際は日程、内容をお間違えないようお願いします。

日程	<input type="checkbox"/>	7/14 体幹トレーニング 岡本 優紀 先生		<input type="checkbox"/>	7/21 体幹トレーニング 松井 直樹 先生	
氏名	フリガナ	男女	市内在住 市内在勤	回数	200円 合計 ¥ 00円	
生年月日	S・H 月 日 ( 歳)	住所	〒 -			領収印
連絡先(携帯)	( )			-		