

## ～短時間のスポーツ体験教室～

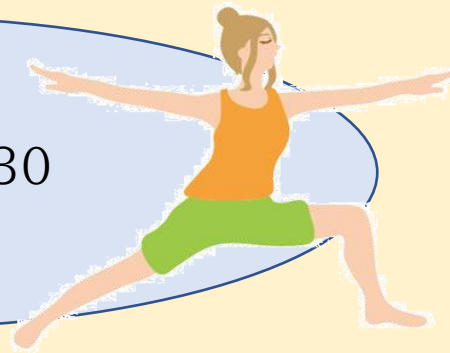
# アリーナ60分・90分プログラム



- ①「ヨガ」(60分)  
11/8(水)10:00～11:00  
西間木恵里先生

**【問い合わせ先】**  
**(公財)須賀川市スポーツ振興協会**  
**(円谷幸吉メモリアルアリーナ内)**  
**TEL:0248-76-8111 FAX:0248-76-8113**  
**休館日:月曜日**(※月曜祝日の場合はその翌日)

- ②「バレトン」(90分)  
11/16(木)19:00～20:30  
田中俊也先生



※詳しくは裏面をご確認ください！

～先着順～

定員になり次第  
締め切ります。



- ③「ゴルフ教室」(90分)  
11/24(金)19:00～20:30  
須賀川ゴルフ協会



## R5 アリーナ60分・90分プログラム ( 11 月 )

### ○教室内容

開催日	時間	内容	場所	参加料	定員	対象	申込期間
11月8日(水)	10:00～11:00	ヨガ (西間木恵理先生)	円谷幸吉メモリアル アリーナ サブアリーナ	200円	30人	市内在住・ 在勤・在学 の15才以上の方 (中学生を除く)	10月22日(日) ～11月1日(水)
11月16日(木)	19:00～20:30	バレトン (田中俊也先生)	円谷幸吉メモリアル アリーナ サブアリーナ	200円	30人		10月22日(日) ～11月9日(木)
11月24日(金)	19:00～20:30	ゴルフ教室 (須賀川ゴルフ協会)	宝沢ゴルフビレッジ 須賀川店	1,000円	15人		10月22日(日) ～11月17日(金)

### ○持ち物

**(ヨガ・バレトン受講者)**  
 ・上履き・飲み物(蓋つきのもの)・タオル(汗拭き用)・ヨガマット(大きめのバスタオル)  
**(ゴルフ受講者)**  
 ・ゴルフ道具(持っている方)・ゴルフ用グローブ・運動のできる服装・運動靴・飲み物  
 ※ゴルフクラブの無い方は貸出し可能です。

### ○申込方法

下記の申込書を記入し、参加費を添えて窓口でお申込みください。  
 ※電話予約の方は申込期間内に申込書の提出と参加費のお支払いをお願いいたします。窓口での申込みがない場合は、キャンセルとさせていただきます。

### ○受講中のお願い

- ①教室中は携帯電話を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医師に運動を控えるように言われている方、及び妊娠並びにその兆候のある方の参加をご遠慮ください。
- ⑤教室の写真は当協会FAX・SNS等に使用する場合がございますのでご了承ください。



### 【新型コロナウイルス感染拡大防止に係るお願い】

※体調がすぐれない場合は参加を辞退いただくようお願いいたします。

また下記についてのご協力をお願いします。

- ・マスク着用(個人判断) ・手指消毒 ・教室中のフィジカルディスタンスの確保  
 (※R5年3月末時点の感染対策方針に基づいています。)

### R5年度アリーナ60分・90分プログラム申込書

氏名	フリガナ	性別	男	女
生年月日	S・H 年 月 日 ( 歳)			
住所	〒 市外の方は勤務先をご記入ください。( )			
TEL(携帯)	—			
受講日	11 / 8 (水)	ヨガ		No
	11 / 16 (木)	バレトン		No
	11 / 24 (金)	ゴルフ教室		No
ゴルフを受講される方は用具の有無及び経験値の欄に○を記入してください。			用具(有・無) / 初心者・中級者	

主催：(公財)須賀川市スポーツ振興協会 共催：須賀川市