

令和6年度 第3期

パワーアップフィットネス教室開催要項

- 趣 旨 筋トレと有酸素運動を組み合わせた強度のあるクラス、しっかりと体を動かした後の達成感がやみつきになります。
- 主 催 指定管理者 NPO 法人清水町スポーツ協会
- 対 象 者 20歳以上の女性の方
- 期 間 月曜日（全10回） 10：30～11：20
《 1月 》 6日・20日・27日
《 2月 》 3日・10日・17日
《 3月 》 3日・10日・17日・24日
※予備日：3月31日
- 会 場 清水町体育館 1階 柔・剣道場 （971-0160）
- 募集人員 15人（先着順・定員になり次第締め切ります）
- 受 講 料 5,000円（保険代含む）
※受講料は申し込みの際に納めてください。納入された受講料は、特別な事情がない限り返金しません。
- 申込期間 令和6年12月10日（火）～定員に満まで 9：00～20：00 ※12月15日休館日
- 申込方法 申込書に必要事項を記入の上、町体育館受付まで提出してください。
- 持 ち 物 ○運動のできる服装 ○タオル ○水分補給用飲み物
- 注意事項 ① 体調が悪い時は、事前に医師の診断を受けてから受講してください。
② 教室中に気分が悪くなったら、講師に報告し指示をあおいでください。
③ 教室終了後はすばやく片付けを済ませてください。
④ 自然災害などにより、開催日を延期、又は開催場所を変更することがあります。
- そ の 他 ① チャレンジフィットネス・パワーアップフィットネスの重複での申込みはできません。
但し、定員に達していない場合、12月23日（月）から先着順に重複での受付も開始いたします。
② 事故について、主催者はその責任を負いません。
③ スポーツ協会HP等へ写真を掲載する場合がありますので、あらかじめ御了承ください。なお、個人が特定できないように撮影いたします。
- 問 合 せ 指定管理者 NPO 法人清水町スポーツ協会（清水町体育館内） 電話 055-971-0160

パワーアップフィットネス申込書

フリガナ			生年月日 年齢	昭和・平成 年 月 日 年 歳	
受講者					
住 所				自宅電話	
勤務先	勤務先			携帯電話	
	所在地				
疾病	ある () ない				
緊急連絡先	氏 名			電話番号	
	住 所			続 柄	

誓約書

私は、清水町体育館スポーツ教室の参加にあたり、教室の趣旨に賛同して、加入保険以外の教室内外の不慮の疾病・事故については、私の責任において処理し、主催者には一切のご迷惑をおかけしないことを誓います。

指定管理者 NPO 法人清水町スポーツ協会長 様

令和 6 年 月 日

氏名 _____