

ピラティス教室開催要項

趣 旨 マットを使用し、激しい動きではなく身体に負担をかけずにインナーマッスを鍛えます。

主 催 指定管理者 NPO 法人清水町スポーツ協会

対 象 者 18歳以上

期 間 水曜日（全9回） 19：00～19：55

≪ 5月 ≫ 13日・20日・27日

≪ 6月 ≫ 3日・17日・24日

≪ 7月 ≫ 1日・15日・22日

会 場 清水町体育館 1階 剣道場／会議室 （971-0160）

募集人員 20人（先着順・定員になり次第締め切ります。）

受 講 料 7,200円（税込／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8年4月6日（月）～定員に満まで 9：00～20：00 ※4月19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 ○ヨガマットまたはバスタオル大 ○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事故について、主催者はその責任を負いません。
②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

ピラティス教室申込書

フリガナ			生年月日 年齢性別	昭和・平成 年 月 日	
受講者				歳 男 ・ 女	
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		

※ 緊急連絡先は、本人に事故があった場合などの緊急連絡先

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 8 年 月 日

氏 名 _____