

ミズノララフィット教室開催要項

趣 旨 ミズノグッズ(エアバックに空気を入れて使うグッズ)活用によるバランストレーニングや椅子を使ったトレーニング、音楽に合わせた有酸素運動を行います。

主 催 指定管理者 NPO 法人清水町スポーツ協会

対 象 者 60歳以上

期 間 火曜日(全10回) 9:30~10:30
 《 9 月 》 15 日・29 日
 《 10 月 》 6 日・13 日・20 日・27 日
 《 11 月 》 10 日・17 日・24 日
 《 12 月 》 1 日
 ※予備日:12月8日

会 場 清水町体育館 1階 会議室 (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 8,000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8月18日(火)~定員に満まで 9:00~20:00

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 ○体育館室内シューズ ○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

(20) ミズノラララフィット教室申込書

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

※ 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 NP0 法人清水町スポーツ協会長 様

令和 8 年 月 日

氏 名