

令和2年度第2期

## 超脂肪燃焼教室PART2開催要項 「フィットネスボクシングクラス」

趣 旨 音楽に合わせてながらパンチやキック、コンビネーションを行う強度が高めのクラス。  
自重でのトレーニングも取り入れ、さらに体力アップを図ります。

主 催 指定管理者 NPO 法人清水町体育協会

対 象 者 20歳以上の女性の方

期 間 月曜日 11:00~11:50 全10回

《 9月》 7日・14日・28日

《 10月》 5日・12日・19日・26日

《 11月》 2日・9日・16日・予備日 11/30・12/7

会 場 清水町体育館 1階 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 4,500円  
保険代含む。  
受講料は申し込みの際に納めてください。

申込期間 令和2年8月7日(金)~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し押印の上、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 事故について、主催者はその責任を負いません。

問 合 せ 指定管理者 NPO 法人清水町体育協会(清水町体育館内) 電話 055-971-0160

# 超脂肪燃焼教室PART 2申込書

## 「フィットネスボクシングクラス」

フリガナ			生年月日	昭和・平成	年	月	日
受講者			年齢	歳			
住所				自宅電話			
勤務先	勤務先			携帯電話			
	所在地						
疾病	ある	( )		体協HP等への写真の掲載			
	ない			承諾の有無を○で囲んで下さい。			
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 法人清水町体育協会長 様

令和 年 月 日

氏名 印

# 超脂肪燃焼教室 P A R T 2

「フィットネスボクシングクラス」

令和2年9月7日（月）～11月16日（月）

《 9月》 7日・14日・28日

《 10月》 5日・12日・19日・26日

《 11月》 2日・9日・16日・予備日 11/30・12/7

11:00 ～ 11:50

[//http: web.thn.jp/taikyou.shimizu](http://web.thn.jp/taikyou.shimizu)



清水町体育館

（電話 971-0160）

---

領 収 書

¥ 4,500円

但し、超脂肪燃焼教室 P A R T 2 受講料として

令和 年 月 日

指定管理者 N P O 法人清水町体育協会