平成29年度　三期大田総合体育館スポーツ教室のご案内

リセットしたいこの体！冬こそからだづくり、体力づくりのチャンス！

教　室　名	開催日・曜日・回数	時　間	対　象	定員	参加料	内　容
ジュニア柔道	1月13日～ 土曜日　10回	18:00～19:30	中学生以下 小学生未満は 講師と要相談	20	3,150	1年でもっとも寒いこの時期に心技体を強化し、子供たちの成長に大きな効果を与えてくれるものと考えております。
3B体操	1月11日～ 木曜日　10回	19:30～21:00	一般男女	15	3,600	3種類の用具を利用し体づくり、筋力アップ、代謝アップを目指し音楽に合わせて楽しく運動しましょう。
リフレッシュ トレーニング	1月11日～ 木曜日　10回	18:30～19:45	一般男女	15	3,600	冬こそ有酸素運動、ストレス発散、冷え性解消で元気な体づくりをお手伝いします。
パワーリハビリ	1月12日～ 金曜日　10回	13:30～15:00	一般男女	15	3,600	元気はつらつ！過ごすための体力づくり、体づくりを目指します。

※　12月15日（金）より受付を開始いたします。

お問い合わせ　大田総合体育館：0854－82－6408

※　家族割引きを使う方は同一教室に参加されるご家族のお名前（ご家族1人目の方）を下の欄にご記入ください。

※　講師の都合、大会、催物など会場の都合により教室を順延にする場合がありますのでご了承ください。

※　任意のスポーツ安全保険も準備しています。

スポーツ安全保険　中学生　：　800円　　一般　：1，850　65歳以上　：1，200円

平成29年度　三期大田総合体育館スポーツ教室参加申込書

教室名　　教室		参加回数　　回目		保険（新規加入・加入しない）	NO	
氏名　　印		男　・　女	生年月日	H／S　　年	月　　日	歳
現住所				学校名		学年
電話番号	TEL　　－			保護者氏名		印
携帯番号	TEL　　－　　－					
勤務先				TEL　　－		
◎指導者に伝えておきたいこと						
◎家族割引きを使う方は同一教室に参加されるご家族のお名前（ご家族1人目の方）を下の欄にご記入ください。						
氏名		あなたとの続柄　（　　）				

※　ここで記入いただいた個人情報は休講連絡や教室に関する事務処理以外には使用いたしません。