



令和3年（2021年）度 第2期

# 健康体操教室

**パフォーマンスをUPしたい！ 怪我なく長くテニスが続けたい！  
そんな方にお勧め！コンディショニングトレーニングを始めましょう！**

開催日時： 令和3年10月6日～12月15日（全10回）11/3を除く

時間： 毎週水曜日 10時～11時

講師： 村上 雄紀トレーナー

指導ライセンス

公益財団法人健康体づくり事業団認定 健康運動指導士

NPO法人日本SAQ協会認定 SAQレベル2インストラクター

ライプチヒ大学公認コーディネーショントレーナー



場所： 芦屋公園有料公園施設（芦屋公園テニスコート）会議室

募集人数： 8名（男女問いません）

参加費： 1期分 10,000円 ※初回受講の前に受付窓口でお支払いください。

※キャンセルの場合は開講日前日までにご連絡ください。

※開講日以降、受講者の都合で退会された場合は受講料全額をご負担いただきます。

持ち物： ヨガマットか、レジャーシート又はバスタオル、水分補給用の水、汗拭きタオル  
運動しやすい服装

申込方法： 下記の申込用紙にご記入の上、芦屋公園有料公園施設（芦屋公園テニスコート窓口）  
に持参又はFAXでお申込み下さい。

申込期間： 令和3年9月1日（水）9：00～ 定員になり次第締め切り

お問い合わせ： 芦屋公園有料公園施設（芦屋公園テニスコート）受付窓口

〒659-0053 芦屋市松浜町4番4号

(TEL / 0797-34-8886 FAX / 0797-34-8884)

芦屋公園有料公園施設 指定管理者 芦屋T-テニス・体協・双葉連合事業体

.....切り取らずにご提出ください.....

## 令和3年（2021年）度 第2期 健康体操教室

\*参加にあたっては、下記の確認事項に同意の上申し込みます。

氏名	がな	年齢	歳
住所	〒		
電話番号	ご自宅 ( )	—	携帯 — —
緊急連絡先	( )	—	【連絡先の方のお名前： 】

(確認事項)

※自己責任のもと、健康状態を維持し、参加中は体調管理に留意して事故のないよう努めます。

※主催者は傷害や事故に際して、主催者が加入している保険の適用内で処置を行います。それ以外は一切の責任を負いません。

※イベント期間中に主催者が撮影した動画および静止画について、その権利はすべて主催者に帰属するものとします。

また、本イベントを開催することにより得られた個人情報は法令に定められる場合を除き第三者に提供いたしません。