

胆沢総合体育館自主事業
コンディショニング教室(後期)

～ 身体のバランスを整え、運動機能を向上させる新しい運動です ～

- 日 時 1回目 令和8年2月 7日 (土)
2回目 令和8年2月11日 (水祝)] 9:00~10:00 (8:45~受付)

- 場 所 胆沢総合体育館 1階会議室



- 対 象 小学4年生以上～成人

- 講 師 菊地奏子氏

(NCA日本コンディショニング協会認定PCTトレーナー)

- 参加料 一人 1,200円 (2回分) * 1回のみの参加も可(600円)
参加費は当日、受付にてお支払いください。

- 持ち物 運動ができる服装にて飲み物とフェイスタオル・バスタオルを各自持参願います。

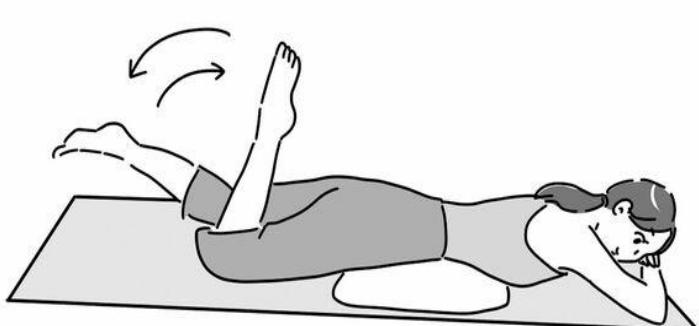
- 申込み・
問合せ先 開催10日前までに下記のいづれかにてお申し込みください。
QRコードでお申込み⇒申込後、Googleフォームから確認メールが送信されます。
申込書でのお申込み ⇒別紙申込書に記入しFAXまたは体育館窓口へ提出願います。
なお、不明な点がありましたら下記連絡先に問い合わせ下さい。

TEL 0197-46-3427 FAX 46-3644 (担当：岩渕)

メール taikyo-isawa23@gmail.com



QRコードでお申込みはこちらから⇒



コンディショニング教室申込書

申込日	令和 年 月 日			
フリガナ		学年/年齢		性別
氏名		所属チーム		
住所		TEL		
承諾書 (18歳未満のみ)	教室開催期間内において発生した一切の事故や怪我などについては、保険の適用範囲内となり、主催者側は一切の責任を負いかねますことをあらかじめご了承ください。			
	保護者氏名			