

夜間教室

初心者

# ピラティス教室Ⅲ

美しい姿勢、しなやかな身体へ……

あなたは理想の身体・姿勢になれていますか？  
ピラティスで自分自身の体に意識を向け、  
日常生活で使われなくなった筋肉を動かしてい  
きましょう！



- ▼ 日 時      ①10月2日      ②10月9日      ③10月16日  
                 ④10月23日      ⑤10月30日      (金曜日、18:45～19:30)  
※コロナウイルスの蔓延を考慮して、延期又は中止する可  
能性がありますので、ご了承のほどよろしく願いいた  
します。

- ▼ 参加費      ￥1,000  
▼ 定 員      20名  
▼ 持ち物等      動きやすい服装、飲み物、タオル、マット（お持ちの方）  
▼ 申込方法      申込用紙に必要事項を記入し下記までお申し込み下さい。  
                 (持参・郵送・FAX可)  
                 お電話での申込は出来ませんのでご了承下さい。

※ 申込み〆切り9月18日（金）      先着順とさせていただきます。  
申込など詳しくは、下記連絡先まで。



## ■問い合わせ

たつの市新宮町光都1-7-1  
西播磨総合リハビリテーションセンター

ふれあいスポーツ交流館

tel      0791-58-1313  
fax      0791-58-1323

# 令和2年度 ふれあいスポーツ交流館 スポーツ教室・講習会 申込書

教室名 講習会名	初心者ピラティス教室Ⅲ	初めて参加 ・ 2回目以上
-------------	-------------	---------------

ふりがな 受講者氏名			性別 男 ・ 女	年齢 歳 (学年 年)
付添者	なし ・ あり (氏名 ) * 本人との関係 ( )			
住所・連絡先	〒 ( )			
	TEL ( )		FAX ( )	
身体障害		知的障害	精神障害	その他の障害
肢体・視覚・聴覚・内部 級		A・B1・B2	1 ・ 2 ・ 3 級	
障害名 (手帳記載の障害名)				
車いす使用	有り ・ 無し	その他装具の使用があれば ( )		
持病	高血圧 ・ 糖尿病 ・ てんかん ・ その他 ( )			
服薬の有無	有り ・ 無し 薬名 ( )			
【指導員に伝えたいこと】				

※ ご記入いただいた個人情報は、本スポーツ事業における関係業務に使用し、その他の目的で使用することはありません。

職員記入欄

※受付日 R2年 月 日	受付番号
※受付者氏名 ( )	