

# ソフトエアロ教室Ⅱ

☆ソフトエアロとは？☆

エアロビクスの基本動作を楽しむプログラムです♪  
音楽に合わせて動くことでリフレッシュにもつながります♪

☆効 果☆

脂肪燃焼 シェイプアップ 全身持久力・心肺機能の向上

〈日 時〉①1月15日 ②1月22日 ③1月29日  
④2月5日 ⑤2月12日

(金曜日 18:45~19:30)



〈参加費〉1000円

〈定 員〉20名(先着順)

〈申 込〉申込用紙に必要事項をご記入の上、下記まで  
お申込下さい。

〈〆切〉 **1月6日(水)** ※先着順で受付します

※コロナウイルス蔓延を考慮して、日程変更  
又は中止することがあります。

県立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

〒679-5165 兵庫県たつの市新宮町光都1丁目7番1号  
TEL: (0791) - 58 - 1313 FAX: (0791) - 58 - 1323

主催:ふれあいスポーツ交流館

# 令和2年度 ふれあいスポーツ交流館 スポーツ教室 受講申込書

教室名	ソフトウェアロ 教 室 II	・初めて参加 ・参加経験有り
-----	----------------	-------------------

ふりがな 受講者氏名			性別 男 ・ 女	年齢 歳
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・B・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（ ）			
【希望練習内容】				

※ 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 R 年 月 日	受付番号
※受付者氏名（ ）	