

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7日 ②1月14日 ③1月21日
④1月28日 ⑤2月4日
(金曜日 18:45～19:30)



〈参加費〉1,500円

〈定 員〉20名

〈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〉12月17日(金)

- ① 申込者多数の場合は、抽選となります。
- ② 抽選を行う場合は、初回の方を優先としますので、予めご了承ください。
- ③ 落選者には、12月24日までに電話連絡をいたします。
必ず、連絡がつくお電話番号をご記入ください。

※コロナウイルスの蔓延を考慮して、教室を中止させていただく
可能性がありますので、ご了承のほどよろしくお願いいたします。

入館時間は教室開始15分前 退館時間は教室終了後15分以内

■問い合わせ

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

令和3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（） | | | |
| 【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 R 年 月 日 | 受付番号 |
| ※受付者氏名（） | |