

平成31年度リズム体操教室 募集要項

体力の向上、健康増進を図り健康で明るい生活を送るため、市民を対象に手軽にできる体操教室を開催します。

内 容：リズム体操・スローエアロビクなど
講 師：斉田 麻衣 氏 日本エアロビク連盟テクニカルアドバイザー
競技エアロビク元日本代表
原田 美予子 氏 日本フィットネス協会エアロビクダンスエクサ
サイズインストラクター

会場・期日：①南熱海マリンホール

5/14 (プレ)・21・28 6/4・11・18・25 (毎週火曜日 7日間)

時間は午前 10 時～11 時 30 分 (5/14 は 11 時まで)

②福祉センター体育館

5/16 (プレ)・23・30 6/6・13・20・27 (毎週木曜日 7日間)

時間は午前 10 時～11 時 30 分 (5/16 は 11 時まで)

定 員：①南熱海マリンホールは人数制限なし

②福祉センターは定員 40 名程度

参 加 費：1,000円 (保険料含む)

持 ち 物：体操ができる服装、上履き、マット、タオル等

申込み期間：5月7日(火)まで

申込み方法：熱海市健康づくり課スポーツ推進室まで。(電話・メール可)

問合わせ先：電 話 86-6604

メー ル sports@city.atami.shizuoka.jp

リズム体操教室申込書

・マリンホール ・福祉センター

ふりがな

(いづれかに○をつけてください)

氏名 _____ 年齢 _____ 才 _____ 男・女 _____

住所 _____

電話 _____