

公益財団法人盛岡市スポーツ協会 盛岡市立武道館  
トーンアップ・ピラティス体験教室 開催要項

- 1 趣 旨 盛岡市立武道館での新規事業としての周知、また運動習慣の少ない人への運動機会提供を目的とする
- 2 期 日 令和2年8月25日（火）10：00～11：30
- 3 会 場 盛岡市立武道館 柔道場
- 4 主 催 (公財)盛岡市スポーツ協会（盛岡市立武道館指定管理者）  
<http://www.morioka-sport.or.jp>
- 5 共 催 盛岡市
- 6 参加資格 18歳以上（高校生をのぞく）
- 7 募集人数 10名
- 8 内 容 深い呼吸とともにエクササイズを行い、自律神経調整や姿勢改善・筋力アップを目指す
- 9 講 師 越戸 淳子（basi マットピラティスインストラクター・武道館職員）
- 10 参加料 無料
- 11 申込方法 ○令和2年7月18日（土）正午～  
○盛岡市立武道館まで電話（019-654-6801）または窓口にてお申込みください
- 12 その他 ○運動のできる服装で、また汗拭き用のタオル、水分補給の飲み物をご持参ください  
○畳の上で行いますので、室内シューズは必要ありません  
○医師から運動制限を受けている方は、参加できません  
○教室中の怪我については応急処置のみ行います

個人情報保護について

参加申込に際してご提供いただく個人情報の管理は（公財）盛岡市スポーツ協会が行います。また、情報は参加者の傾向分析、保険会社に提出する名簿の作成、参加者との連絡調整に使用します。事業開催中、教室の様子を撮影する場合があります。写真の肖像権については、（公財）盛岡市スポーツ協会に帰属します。写真は、広報活動等の目的で協会ホームページ上等に掲載することがあります。

◎問い合わせ 〒020-0882 盛岡市住吉町3番12号  
盛岡市立武道館 TEL (019) 654-6801  
(e-mail : [siritubudoukan@morioka-sport.or.jp](mailto:siritubudoukan@morioka-sport.or.jp))