

公益財団法人盛岡市スポーツ協会
盛岡タカヤアリーナ 令和3年度第1期お子様連れOK♪ストレッチ教室
開催要項

1. 趣 旨 お子様連れで気軽に参加していただけるストレッチ教室。産後の体力回復や育児で疲れた体をリフレッシュしていただく「育児支援」とともに、親子の交流を目的として開催します。
2. 内 容 動的ストレッチと静的ストレッチをおり混ぜながら、機能的に動きやすいカラダ作りを目指します。カラダ全体を気持ちよく伸ばしていくと共に、伸ばした筋肉を使って筋力トレーニングも行っていきます。楽しくカラダを動かしていきましょう♪リフレッシュできますよ！
3. 主 催 公益財団法人盛岡市スポーツ協会
(盛岡タカヤアリーナ指定管理者 URL <https://www.morioka-sport.or.jp>)
4. 共 催 盛岡市
5. 主 管 盛岡タカヤアリーナ
6. 講 師 ENA 先生（外部講師：全米ヨガアライアンス RYT200インストラクター）
7. 期 日 令和3年5月7日（金）～6月4日（金）10：00～11：00
全5回 詳細日程は裏面をご確認ください。
8. 会 場 盛岡タカヤアリーナ（1階アリーナ）
9. 募集定員 未就学児（首の据わった幼児～小学生未満）のお子様とその親御さん 20組 40名
10. 参 加 料 3,300円／1組（税込 保険料含む）
11. 申込方法 令和3年4月22日（木）午前10時より電話予約を受け付けます。
電話予約後、5月5日（水）までに本申込みと参加料のお支払いをお願いします。
お問い合わせ 盛岡タカヤアリーナ ☎019-658-1212
12. 保険内容 あいおいニッセイ同和損保株式会社 普通傷害保険（レクリエーション）
死亡3,000千円、入院1日3,000円、通院1日1,500円
13. そ の 他
 - ・新型コロナウイルス感染症の影響により、開催を中止する場合があります。
 - ・申込が最小施行人数（10組）に満たない場合、開催を中止する場合があります。
 - ・教室で使用するマットは主催者側で用意いたします。
 - ・運動のできる服装で、汗拭き用タオル、水分補給用の飲み物をご持参ください。
 - ・妊娠中の方は参加いただけません。
 - ・講師の都合等により、日程が変更になる場合があります。
 - ・教室受講中の怪我については、主催者側では応急処置のみ行います。なお、保険の適用となります。



個人情報の取り扱いについて

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。情報は連絡調整、参加者の傾向分析、保険会社に提出する名簿の作成、今後当協会が開催するスポーツ教室の案内に利用します。教室開催中に主催者側で事業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。写真は広報目的で協会ホームページ上などに掲載することがあります。

新型コロナウイルス感染症への対応について

・教室前に毎回健康チェックシートによる体調等の調査を行います。教室前に各自で検温をお願いします。平熱を超える発熱や咳、のどの痛み等がある場合は参加の自粛をお願いする場合があります。

・できる限りのマスクの着用、手洗いや手指の消毒、人との距離をとるなど、基本的な感染予防対策をお願いします。

みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。



教室日程



5月7日（金）、13日（木）、20日（木）、27日（木）、6月4日（金）

10:00～11:00 全5回

日	月	火	水	木	金	土
5月	3	4	5	6	7 1回目	8
9	10	11	12	13 2回目	14	15
16	17	18	19	20 3回目	21	22
23	24	25	26	27 4回目	28	29
30	31	6月	2	3	4 5回目	5