



第1期



おこさま連れ



ピラティス  
Pilates

教室

## 開催要項

- 1 趣旨 3歳以下の幼児を連れてお母さん・お父さんを対象とした、お子様連れでも気軽に参加していただけるピラティス教室。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、親子同士の交流を目的として開催します。

- 2 内容 体幹や正しい姿勢を意識しながらのゆっくりとした動きと呼吸により、姿勢改善・体のゆがみを補正するエクササイズ。
- 3 主催 公益財団法人盛岡市スポーツ協会
- 4 共催 盛岡市
- 5 主管 盛岡タカヤアリーナ
- 6 講師 神田 容識美 先生(外部講師: BASIピラティス認定マットインストラクター)
- 7 期日 令和4年4月4日(月)～5月9日(月) 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) (2階会議室で行う場合あり)

- 9 募集定員 3歳以下の子どもとお母さん・お父さん 20組 40名

- 10 参加料 4,400円/1組(保険料込み)

- 11 申込方法 令和4年3月18日(金)午前10時より電話予約を受け付けます。  
電話予約後、3月31日(木)までに本申込みと参加料のお支払いをお願いします。

※お支払後のキャンセルによる返金は致しかねます。(理由によっては返金有)

【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(7組)に満たない場合、開催を中止する場合があります。
  - ・欠席する場合は必ず連絡をお願い致します。
  - ※理由によっては返金対象になる場合があります。
  - ・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、汗拭き用タオル、バスタオル、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。

# 教室日程

回数	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
日程	4/4	4/14	4/21	4/25	5/9
	(月)	(木)	(木)	(月)	(月)
時間	10:00~11:00				

## 新型コロナウイルス感染症の影響による教室の対応について

### ① 自宅での体調チェック実施

ご自身や身近の方が濃厚接触者またはPCR検査を受ける場合は  
ご連絡の上、教室は欠席をお願い致します。

※情報提供いただいた内容は、個人情報保護法および  
当協会の個人情報取り扱い規定に基づき秘密を厳守致します。



### ② 入館時の手指消毒の実施



### ③ 教室入室前の体調チェック表の記入

※37.5℃以上（通常ではない体温）の場合、教室は欠席を  
お願い致します。



### ④ 教室中のマスク着用

※体調の悪化を招く恐れがある場合は、一時的にマスクを外して  
構いません。

### ⑤ 教室中のソーシャルスペースの確保



⑥ 換気の実施のため室温が下がる場合があります。  
上着のご準備をお願い致します。



⑦ 大声を出す、必要以上の会話はしない



⑧ こまめな水分補給



⑨ タオル等を共有しない



⑩ 教室終了後に使用した共有物の除菌



**ご協力をお願い致します。**