

公益財団法人盛岡市スポーツ協会
盛岡体育館
令和6年度第2期ボディコンディショニング教室開催要項

- 1 趣 旨 身体を調整＝（コンディショニング）し、ピラティスやヨガのメソッドを取り入れ、身体が動くための準備、整えるクラスです。快適な身体作りをしたい方にオススメです。
- 2 主 催 公益財団法人盛岡市スポーツ協会（盛岡体育館指定管理者 <https://morioka-sport.or.jp>）
- 3 共 催 盛岡市
- 4 主 管 盛岡体育館
- 5 期 日 令和6年 ① 8月 8日 ② 8月22日 ③ 8月29日
④ 9月 5日 ⑤ 9月12日 ⑥ 9月19日 木曜日 全6回
時間 10：15～11：15
- 6 会 場 盛岡体育館 3階研修室
住所：盛岡市上田3丁目 17-60 電話：019-652-8855
- 7 対 象 18歳以上
- 8 募集定員 10名
- 9 講 師 坂本洋子さん（Conditioning Olive 代表）
・BESJ マットワークインストラクター・全米ヨガアライアンス RYT200 取得
・ケンハラクマ アシュタンガヨガ初級・中級指導者
- 10 参加料 4,500円（保険料含む）
- 11 保険内容 あいおいニッセイ同和損保 レクリエーション傷害保険
入院日額 3,000円、通院日額 3,000円（往復途上も補償されます）
- 12 申込受付 令和6年7月19日（金）10：00から電話にて受付致します。
受付電話番号 盛岡体育館 019-652-8855
電話申込後、令和6年8月5日（月）までに盛岡体育館窓口にて参加料をお支払いください。
参加料をお支払頂いた後に受講をキャンセルする場合は、領収書と引き換えで参加料をご返金致します。8月5日（月）以降の受講キャンセルはお受け致しかねますので、ご了承ください。
※定員に空きがある場合は、教室開始日当日まで受付しております。お問い合わせください。
- 13 その他 ○教室で使用するマットは主催側で用意致します。
○運動の出来る服装で、汗拭き用のタオル、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。
○申込みが最少施行人数(6名)に満たない場合、開催を中止する事があります。

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などに掲載することがあります。

8月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3
4	5	6	7	8 ①	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 休館日	20	21	22 ②	23	24
25	26	27	28	29 ③	30	31

9月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3	4	5 ④	6	7
8	9	10	11	12 ⑤	13	14
15	16	17 休館日	18	19 ⑥	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

① ~ ⑥ 教室開催日

10:15~11:15