

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4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7年 ① 1月30日 ② 2月6日 ③ 2月13日
④ 2月20日 ⑤ 2月27日 ⑥ 3月6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12月19日（木）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7年1月26日（日）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。1月26日（日）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。

1月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
12	13	14	15	16	17	18
19	20休館日	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30①	31	

2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	6②	7	8
9	10	11	12	13③	14	15
16	17休館日	18	19	20④	21	22
23	24	25	26	27⑤	28	

3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	6⑥	7	8

① ~ ⑥ 教室開催日
10:15~11:15