年中たいそう③～マット・鉄棒・跳び箱編～

1　内　容　様々な基本運動を経験することで運動神経の発達を促します。跳び箱・マットなどの道具を使用し、総合的な能力も高めます。

2　日　時　1月6日・1月13日・1月20日・1月27日
2月3日・2月10日・2月17日・2月24日（予備日 3月3日）
水曜日　全8回

午後2時30分から午後3時30分まで



3　会　場　秩父宮記念体育館　3階　サブアリーナ

4　講　師　秩父宮記念体育館運動指導員

5　持ち物

① 室内用運動シューズ
② 動きやすい服装
③ 汗拭きタオル
④ 飲料水（水筒やペットボトルなど蓋付きで割れない容器の物をお持ちください）

6　体調について

① 体調が思わしくない場合は、無理をせずに教室をお休みするようにお願いいたします。
② 教室を欠席される場合は下記までご連絡ください。

7　更衣について

① 着替えは3階更衣室をご利用ください。
② コインロッカーは10円硬貨返却式となっております。

8　その他

① キャンセルにつきましては、教室開始日1週間前までにお申し出があった場合は
受講料を返金させていただきます。それ以降の返金はいたしかねますのでご了承ください。
② 貴重品の管理は各自で責任をもってお願いいたします。
（1階受付前に貴重品ロッカーもございます。100円硬貨返却式）
③ 教室中に記録写真を撮らせていただくことがあります。
（季刊誌、教室ポスター、藤沢市広報へ写真を掲載する場合がございます。）
撮影の際は、お声がけしますので、撮影ＮＧの方は、担当講師にお伝えください。
④ 教室中の写真・ビデオ撮影については、個人での鑑賞を目的とした場合のみ可能です。
ホームページやブログなど外部への掲載は固くお断りします。
⑤ 本教室はスポーツ傷害保険に加入しています。万が一、教室中に怪我等が発生した場合は
講師にお申し出ください。なお、後日の申し出は対応できない場合がございますので、
ご了承ください。
⑥ 教室中止が決定した場合は、教室申込時に登録していただいたアドレスへメールにてお知らせいたします。
⑦ その他、ご不明な点がございましたら、下記までお問合せください。

問合せ　公益財団法人　藤沢市みらい創造財団　スポーツ事業課　秩父宮記念体育館
【TEL】0466-22-5335　【FAX】0466-28-5749