

# 太 極 拳

ストレッチなどを取り入れ、ゆったりした動きで  
体のバランス感覚を養い、下半身の強化や柔軟性のアップにもつながります

登録開始日 令和4年3月28日(月)

対 象 高校生以上  
実施時間 10:00~11:30  
持ち物 動きやすい服装・タオル  
体育館シューズ  
定 員 17名(予約先着順)  
場 所 研修室

## 参加費(1回分)

一般	800円
60歳以上の方 (S38. 4. 1. 以前に生まれた方)	700円
高校生 (高校生に相当する年齢を含む)	500円

## 実施日(火曜日)

受付開始日	3/29	4/19	5/24	6/21	7/19	8/23
実施日	4/5	5/10	6/7	7/5	8/2	9/6
	4/12	5/17	6/14	7/12	8/9	9/13
	4/19	5/24	6/21	7/19	8/23	9/20
受付開始日	9/20	10/18	11/22	12/27	1/24	2/21
実施日	10/4	11/1	12/13	1/10	2/7	3/7
	10/11	11/15	12/20	1/17	2/14	3/14
	10/18	11/22	12/27	1/24	2/21	3/28

各月の予約受付は各受付開始日よりお申し込みできます。

申込は直接の来館、またはお電話で先着順となります。



## 申し込みに関しては

## 裏面をご覧ください



## ◎登録方法

- 教室に参加される場合は事前に登録が必要です。登録用紙に必要事項を記入し、登録してください。(参加当日の登録も受け付けます。)
- 登録は令和4年4月から令和5年3月末まで有効です。
- 受付時間は9:00～21:00です。(休館日を除く)

## ◎参加当日申込方法

- 受付開始日より、来館または電話による先着順受付です。
- 体育館事務所横にある券売機でチケットを購入し、右半券に氏名を記入して受付に提出してください。(左半券は領収書になります。)

## ◎参加上での注意

- 教室に参加していない乳幼児・児童の同伴、妊娠されている方の参加はご遠慮ください。
- 教室開催中での不慮の事故・疾患を防ぐ為、体調には万全を期することと、健康上の問題で発生した事故に対しては自己の責任において対処してください。
- 教室参加中に事故・傷害が生じた場合、応急処置は行います。傷害保険に加入していますのですみやかに申し出てください。

## ◎その他

- 「暴風警報発令時」などによる臨時休館で、教室が実施できない場合があります。
- 参加当日お車でお越しの方は、駐車券とチケットの半券を事務所までお持ちください。駐車場3時間無料処理をさせていただきます。
- 教室中の映像・写真・記事・記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権は主催者に属します。
- 主催者は、個人情報の保護法令を遵守し、参加者の個人情報を取り扱います

**初芝体育館**

指定管理者：初芝スポーツチャレンジパートナーズ

〒599-8116

堺市東区野尻町221-4

HP <https://shisetsu.mizuno.jp/m-7312>

Tel 072-285-0006

