

# シェイプアップトレーニング教室 春コース

## エアロやヨガ、コアトレで目指せ美ボディ!!!

主催 公益財団法人小田原市体育協会  
後援 小田原市  
期日 令和3年5月7日、14日、21日、28日、  
6月4日、11日、18日、25日 金曜日【全8回】  
時間 午前10時15分から午前11時45分まで  
場所 小田原アリーナ・サブアリーナ他  
※6月18日(メインアリーナ)  
対象 県西地域に在住・在勤・在学の18歳以上の女性(高校生は含まず)  
定員 50人・先着順  
参加料 1人 4,000円(傷害保険料含む)

\*教室初日(5月7日)に受付で徴収します。

参加料を徴収した後の返金是对应しかねますので、ご了承ください。

内容 『カラダを引き締めるためのエクササイズ』  
エアロビクス&コアトレ(体幹トレーニング)を行います  
講師 川口喜代美(日本スポーツ協会公認スポーツ指導員・エアロビクス上級指導員)  
三宅 裕司(トレーニング指導士認定・保健体育教員免許・新体操一種審判員)  
申込み 小田原市体育協会ホームページ申し込みフォームから  
「小田原市体育協会」で検索  
令和3年4月9日(金)午前8時30分から4月28日(水)中に



申込先 QR コード

持ち物等 室内シューズ、ヨガマット(貸出しあり)を持参し、運動のできる服装でご参加ください。

その他 ・新型コロナウイルス感染症防止対策を実施します。

(必ず、体育協会ホームページ掲載の開催要項をご覧になり、マスクの着用や感染症  
チェックシートを用意してご参加ください) ※チェックシートはダウンロードできます。

・主催者は、主催者が加入するスポーツ傷害保険以外は一切の責任を負いません。

・主催者にて撮影した画像、動画等(参加者の住所地、記録、肖像等の個人情報を含む)  
は、SNS・ホームページ、情報誌等に掲載・報道・利用する場合があります。

問合せ 公益財団法人小田原市体育協会事務局  
電話 38-3310 8:30~17:00(土日祝日を除く)  
FAX 38-1202  
協会ホームページ : <http://www.odawara-taikyo.or.jp/>

