

ビューティーストレッチ

心地良いゆったりとした音楽の中、呼吸とともにストレッチを行い、
凝り固まった身体をほぐして全身の血流を良くし、正しい姿勢へと導きます。
運動初心者の方、大歓迎！みんなと楽しくストレッチしませんか？



●主催 津市体育施設運営管理共同事業体 ●共催 特定非営利活動法人 津市スポーツ協会

開催日時	令和3年2月3日～3月24日 の毎週水曜日 10:40～11:40 《全8回》
対象	市内在住・在学・在勤の方の16歳以上で運動制限のない方。
定員	10名（先着） ※ 申込受付は先着順とし、定員数を超えた場合は受付を終了させていただきます。 また、大幅に定員を下回る場合は、開講を中止することもありますので、ご了承ください。
会場	海浜公園内陸上競技場（会議室）
受講料	4,000円
講師	玉村 里絵 インストラクター （津市スポーツ協会登録指導員）
申込期間	令和3年1月8日（金）～1月25日（月）
申込方法	所定の申込書に必要事項を記載し、参加料（4,000円）を添えて <u>NPO法人 津市スポーツ協会へお申し込みください。</u>
お問合せ先	NPO法人 津市スポーツ協会 〒514-0056 津市北河路町19-1 メッセウイング・みえ1階 ☎059-273-5522（土日祝はお休みです）
その他	<p>①開設中の傷害については、応急処置をいたしますが、その後の責は一切負いません。</p> <p>②申込締切以後、欠席やキャンセルをされても参加料は返還できません。</p> <p>③申込受付は先着順とし、定員数を超えた場合は参加できない場合があります。</p> <p>④各自で用意する物（動きやすい服装、タオル、ヨガマット、水分補給 等）</p> <p>⑤教室において撮影する写真は、当事業の報告書、協会のホームページなどの広報活動にて掲載することがありますので、ご了承の上ご参加ください。</p> <p>⑥新型コロナウイルス感染防止対策につきましては、主催者でも行いますが、受講者の皆様自身でも対策へのご協力をよろしくお願いいたします。</p> <p>⑦新型コロナウイルス感染防止対策として、受講前、健康チェックシートをご記入頂き、ご提出をいただきますので、ご協力をよろしくお願いいたします。</p>

■教室会場

〒514-0012 三重県津市末広町24-32

☎ 059-225-3171（海浜公園管理棟）

■交通の便

津駅から車5分、1.9km

駐車場：96台（海浜公園内テニスコートと併用）

