

中島体育センター

2025年10月 新規開講

フィットネス教室体験会



NEW

No.607 整う！姿勢バランス改善

9/9(火) 13:30～14:15

棒、ストレッチポール、テニスボールなどを使用し、少しずつ姿勢を整えて
痛みや凝りを改善します。



平川 あゆみ

NEW

No.608 リラックスヨガ

9/11(木) 11:30～12:15

ヨガ独自の呼吸法を行いながらエネルギーの流れを感じることで、
健康的な心と身体のバランスを整えます。



嶺 努

- ・お申込み5名未満の場合は、開講中止となる場合があります。その場合は9月8日(月)までに
申込時に記載いただいた連絡先へご連絡いたします。ご連絡がない場合は体験会開催となり
ますので、当日お時間までにお越しください。
- ・受講をキャンセルされる場合は、必ず当施設までご連絡ください。
- ・教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。
- ・教室の広報PRを目的として教室開催中の写真・映像等を教室募集要項・ホームページ・各種
SNS等に掲載させていただきます。あらかじめご了承ください。
- ・8月25日(月)は施設整備日のため各種手続きは行っておりません。

【個人情報の取扱い】

申込みの際に取得する個人情報は、当協会が定める「プライバシーポリシー」に照らし、
当施設が開催する事業に関して主に以下の目的に使用し、適切に管理いたします。

- ①施設利用や各種サービスに関する登録及び申請等の手続き
- ②イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払等の諸連絡
- ③アンケートや各種施設の利用に係る統計及び分析
- ④事故等の報告及び傷害見舞金給付制度の申請に係る治療内容の確認。また、取得した
個人情報の訂正や削除を求められた場合、所定の手続きにより、速やかに対応を行います。

申込み: **8/20(水)** 受付開始 ※先着順

お電話または施設窓口でお申し込みください。

受講料: 各**500円(税込)**

受講料は各体験会の当日に施設窓口にてお支払い
ください(現金のみ)。

定 員: 各15名 高校生以上の方

持ち物: 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物