

体力つくい教室 参加者募集！

主催 知多スポーツマネジメント共同事業体

日時 令和6年8月21日（水）～令和6年11月13日（水）

午前10時00分～午前11時30分（90分間）

回	日程	回	日程
1	8月21日（水）	8	10月9日（水）
2	8月28日（水）	9	10月16日（水）
3	9月4日（水）	10	10月30日（水）
4	9月11日（水）	11	11月6日（水）
5	9月18日（水）	12	11月13日（水）
6	9月25日（水）	予備日	11月20日（水）
7	10月1日（水）	※10月23日はお休み	



会場 メディアス体育館ちた 主競技場または卓球場・柔道場

内容 軽い運動ストレッチやダンベル体操などを予定

対象者 市内在住または在勤、在学の満16歳以上70歳までの健康な方

※71歳以上の方は要相談。医師により運動を禁止されている方、妊婦の方は参加できません。

定員 50名 ※申し込み順

申込み 7月10日（水）から7月24日（水）までにメディアス体育館ちた受付

参加費 3,000円 ※申し込み時にメディアス体育館ちた受付にてお支払いください。

※参加申込書は、お申し込み時にご記入いただきます。

※お支払い後の返金はいたしませんので、予めご了承ください。

その他 感染症対策等、主催者が決めた措置を遵守していただき、指示に従ってください。

教室参加中の疾病及び傷害について、応急処置は行いますが、その後の責任は負いません。

運動のできる服装で参加してください。（ジャージ、体育館シューズ等）

※大雨警報や暴風警報の発令、感染症の感染防止のため、急遽内容の変更や開催を中止する場合があります。また、12回分の教室を開催できない場合がありますので、ご了承ください。

中止と判断した場合、開始1時間前までにメディアス体育館ちたから参加者へ連絡いたします。