

テニス大好きジュニアのための

PNF スポーツコンディショニングで 正しい身体の使い方を体験しよう！！

☆講座メニュー☆

- ・ゴリラに学ぶ股関節の使い方ですトロークの基本の動きを体験
- ・カンガルーに学ぶキックスタートでフットワークの基本の動きを体験
- ・猫に学ぶ肩甲骨の使い方ですービスの基本の動きを体験
- ・大坂なおみに学ぶストレッチや筋肉の使い方を体験

開催日時： 令和元年（2019年）8月4日（日）

1部：4歳～2年生クラス 9時30分～10時30分

2部：3年生～6年生クラス 11時00分～12時00分

場所： 芦屋公園有料公園施設（芦屋公園テニスコート）会議室

募集人数： 各クラス8名 先着順 ※受講生が3名に達しない場合は開催を見送ります

参加費： 1,000円 ※キャンセルの場合は開講日前日までにご連絡ください。

持ち物： 水分補給用の水 汗拭きタオル 運動しやすい服装

申込方法： 下記の申込用紙にご記入の上、芦屋公園有料公園施設（芦屋公園テニスコート窓口）に持参又はFAXでお申込み下さい

申込期間： 令和元年（2019年）7月20日（土）AM9:00～ 定員になり次第締め切り

お問い合わせ： 芦屋公園有料公園施設（芦屋公園テニスコート）受付窓口

〒659-0053 芦屋市松浜町4番4号（TEL / 0797-34-8886 FAX / 0797- 34-8884）

芦屋公園有料公園施設 指定管理者 芦屋Tennis・体協・双葉連合事業体

.....切り取らずにご提出ください.....

健康体操教室ジュニア特別講座 申込書

参加にあたっては、下記お確認事項に同意の上申し込みます。

ふり 氏	がな 名		年齢/学年	歳/	年
住	所	〒			
電話番号	ご自宅（ ）		—	保護者携帯	— —
申し込み クラス	1部 • 2部 どちらかに○をしてください				

（確認事項）

- ※保護者の責任のもと、当日の体調管理及び会場への行き帰りの安全には十分留意し、事故のないようにお願いします。
- ※主催者は傷害や事故に際して、主催者が加入している保険の適用内で処置をしますが、それ以外は一切の責任を負いません。
- ※イベント期間中に主催者が撮影した動画および静止画について、その権利はすべて主催者に帰属するものとします。
- ※本イベントを開催することにより得られた個人情報、本イベントの運営にのみ使用し、適切に安全管理を実施します。また、法令に定められる場合を除き第3者に提供いたしません。