

ソフトエアロ教室Ⅲ

☆ソフトエアロとは？☆

エアロビクスの基本動作を楽しむプログラムです♪

音楽に合わせて動くことでリフレッシュにもつながります♪

★効 果★

脂肪燃焼、シェイプアップ、全身持久力・心肺機能の向上

令和7年

〈日 時〉 ①2月7日 ②2月14日 ③2月21日
④2月28日 ⑤3月7日

金曜日 18時45分～19時30分

〈参加費〉 ¥1,500

〈定 員〉 20名

〈申 込〉 申込用紙に必要事項をご記入の上、
下記までお申込下さい。

〈持ち物〉 上履き、飲み物、動きやすい服装



① 申込者多数の場合は、抽選となります。

② 抽選を行う場合は、初回の方を優先としますので、予めご了承ください。

新型コロナウイルス及びインフルエンザ等感染症予防対策のため、
日程の変更又は中止をする可能性があります。

■問い合わせ

兵庫県立西播磨総合リハビリテーションセンター
ふれあいスポーツ交流館

〒679-5165 兵庫県たつの市新宮町光都1丁目7番1号
TEL: (0791)-58-1313 FAX: (0791)-58-1323



兵庫県社会福祉事業団

令和6年度 ふれあいスポーツ交流館 スポーツ教室 受講申込書

教室名	ソフエアロ教室Ⅲ	・初めて参加 ・参加経験有り
-----	----------	-------------------

ふりがな 受講者氏名		性別 男・女	年齢 歳
付添者	なし・あり（氏名 ） ＊本人との関係（ ）		
住所・連絡先	〒（ ）		
	TEL （ ） FAX （ ）		
身体障害		知的障害	精神障害
肢体・視覚・聴覚・内部 級		A・B・B2	I・2・3 級
障害名 （手帳記載の障害名）			
車いす使用	有り・無し	その他装具の使用があれば（ ）	
持病	高血圧・糖尿病・てんかん・その他（ ）		
服薬の有無	有り・無し 薬名（ ）		
【指導員に伝えたいこと】			

※ ご記入いただいた個人情報は、本スポーツ事業における関係業務に使用し、その他の目的で使用することはありません。

職員記入欄	※受付日 R 年 月 日	受付番号
	※受付者氏名（ ）	