

バランスボール教室 参加者募集！

弾みながら体幹を鍛えるエクササイズ

年齢問わず、初めての方でも楽しめ、『体力・筋力・免疫力アップ』に効果的です。

※但し、産後の方でも大丈夫ですが、出産して1ヶ月以内の方、妊娠中の方はお控え下さい。



認定バランスボールインストラクター
Tomomi 先生

①9/9・16・30
10/7・14
10時～11時
3,000円(5回分)
〈前半コース〉

②10/21・28
11/4・11・18
10時～11時
3,000円(5回分)
〈後半コース〉

③9/9～11/18
10時～11時
5,000円(10回分)
〈全日コース〉

場 所 羽島市運動公園 (FUKUJU スポーツパーク)多目的ルーム
羽島市正木町大浦 602 TEL058-392-8708

持ち物 運動しやすい服装・タオル・飲み物・ヨガマット

先着
12名様



申込 QR

〈定員〉各コース12名程度 ※先着順となります。

お申込みは、①②③のいずれかのコースをお選びください。

また、申込みの際に参加費をお支払いください。

〈その他〉・施設整備等または、指導者の都合により開催日を変更する場合があります。

・欠席される場合は、必ず事務局までご連絡ください。

※但し、欠席された場合は、返金致しません

〈申込先〉〒501-6224 羽島市正木町大浦 602 NPO 法人羽島市スポーツ協会事務局

TEL 058-392-8708・FAX 058-322-2282 締切 令和8年8月28日(金)

アドレス sp7v3b99@star.ocn.ne.jp

◆◆◆ 令和8年度 NPO 法人羽島市スポーツ協会 バランスボール教室 申込書 ◆◆◆
切り取り線

氏 名		① 5回コース 3,000円(前半)	
住 所	〒 —	② 5回コース 3,000円(後半)	
電話番号		③ 10回コース 5,000円 (全日コース)	
メールアドレス			