

スポーツウェルネス吹矢

1. 年齢 高崎市在住の18歳以上の方（定員25人）

2. 実施日

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回
1/31 (土)	2/7 (土)	2/14 (土)	2/21 (土)	2/28 (土)	3/7 (土)

3. 時間 14:00～16:00（2時間）

（遅刻しそうな場合でも、焦らず、慌てず、急がず事故のないように来館してください。）

4. 費用 200円（マウスピース代）※おつりのないようにご協力お願いします。

※開講当日の1/31(土)に会場にてお支払いください。

（往復はがきで申し込まれた方は、返信はがきを持参してください。）

自分専用のマウスピースをお持ちの方は、支払い不要です。

5. 会場 高崎青年センター 体育館

6. 準備品 動きやすい服装+防寒着（体育館は冷えるので、防寒対策を十分にしてください）、体育館シューズ、タオル

7. 講師 小瀧 泰男 先生

8. その他

★こまめな水分補給をお願いします。

★各実施日には、必ずマウスピースをお持ちください。無い場合、別途費用がかかります。

★発熱や体調不良等の場合は参加をご遠慮ください。

★記録として、活動の様子を写真に撮らせていただきますのでご協力お願いします。なお、個人が特定されないよう配慮いたします。

・館内は土足禁止です。玄関で体育館シューズに履き替えて、そのままお入りください。

・参加者以外の見学（お子様の同伴など）はご遠慮いただきます。

・ご不明な点がある方は、青年センターまでご連絡ください。

高崎青年センター

住所：高崎市台新田町314

TEL：027-346-0251