

スポーツウエルネス吹矢

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到来館してください。）

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

※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 小滝 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**のでご協力をお願いします。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