

# 親子で楽しむ

参加  
無料

# 体幹トレーニング

## 10/8 (日) 10:00~11:30

手軽にできる体幹トレーニング を親子で楽しく学んでみませんか？

お子様の体力と運動能力を高め、大人の運動不足解消にも役立ちます。

親子でコミュニケーションを取りながら楽しく体を動かしましょう！



場 所 岡山市ウェルポートなださき1階かしの木ホール

対 象 年中～小学3年生までのお子様と保護者

(保護者1名につき子ども1名)

定 員 親子15組



昨年のイベントの様子

### 【講師紹介】

前川 真治 先生

健康運動指導士

健康運動実践者

adidas functional training



締 切 日  
9/28 (木) 必着

## お申込み方法

下記のいずれかでお申込みください。  
※締切日必着

- 来館      • ハガキ
- FAX      • Eメール

## ご記入いただくこと

- ① 講座名(コース名)
- ② 氏名(ふりがな)
- ③ 年齢
- ④ 郵便番号・住所
- ⑤ 電話番号

※親子で参加するイベントへお申込みの方は下記もご記入ください。

- ⑥ お子様の氏名(ふりがな)
- ⑦ お子様の年齢



## お申込み・お問い合わせ先

公益財団法人岡山市ふれあい公社  
岡山市ウェルポートなださき

〒709-1215 岡山市南区片岡159-1

TEL (086) 363-5001

FAX (086) 363-5011

Eメール j\_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

HPアドレス <https://www.okayama-fureai.or.jp>



講座・イベント情報は  
HPをご覧ください



## お申込みにあたっての注意事項

- ① 応募者多数の場合は抽選（岡山市民の方優先）、少数の場合は中止することがありますので、ご了承ください。
- ② 締め切り後も定員に余裕がある場合、受講できることがありますのでお問い合わせください。
- ③ Eメール及びFAXでお申し込みいただいた場合は、折り返し、受信した旨を連絡させていただきます。  
2、3日経過しても連絡がない場合は、お手数ですが、お電話でお問い合わせください。
- ④ イベント参加の可否については、締め切り後、書面でご連絡いたします。  
イベント開催日の3日前になっても連絡がない場合は、必ずイベント担当までご連絡ください。
- ⑤ お申し込みの際の個人情報は、イベント運営上必要な資料作成（名簿等）、ご連絡、利用統計、新規開設講座のご案内、担当講師への情報提供に利用させていただきます。

..... イベント申込書 (FAX や来館でのお申し込みにご使用ください) .....

イベント名	親子で楽しむ体幹トレーニング		岡山市ウェルポートなださき FAX (086) 363-5011		
			申込日	年	月 日
ふりがな		年齢	住所	〒	
氏名					
ふりがな		年齢			
お子様の氏名					
TEL			FAX		