



親子で楽しむ 体幹トレーニング



2025年 **10** 月 **19** 日 (日) 10:00~11:30

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

締切日 10月5日(日)必着



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！



【講 師】
前川 真治先生

健康運動指導士
健康運動実践指導者
Adidas functional training

岡山市ふれあい公社公式 SNS で講座やイベントの様子などの情報を発信しています。



主催 公益財団法人岡山市ふれあい公社

お申込み方法&お問合せはホームページまたはちらし裏面をご覧ください

岡山市ウェルポートなださき(岡山市南区片岡159-1)

TEL 086-363-5001

ホームページ <https://www.okayama-fureai.or.jp>

ウェルポート



▲ホームページ

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

・WEBフォーム

イベントの

申込フォームはこちら→



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
- 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。WEBでお申し込みされた方にはメールにてご連絡いたします。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			