

4種のフィットネスを1日で体験!! 健康的な身体づくりを目指そう♪
初心者向けなので、安心してご参加いただけます♪

2021 KITAKAMI

フィットネスフェスティバル

5/30(日) 会場: 北上総合体育館



エアロビクス担当
高橋 裕貴子さん



バレトン担当
相馬 かおるさん



ピラティス担当
相馬 大典さん



ヨガ担当
昆野 暁子さん

スケジュール	
8:20 ~	受付
8:50 ~ 8:55	開始式
9:00 ~ 9:30	エアロビクス
9:40 ~ 10:10	バレトン
10:20 ~ 11:20	ピラティス
11:30 ~ 12:30	ヨガ

重要 申込締切 **5/28(金)**
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加者は県央エリア(花巻市、北上市、遠野市、奥州市、西和賀町、金ケ崎町)に居住している方に限定します。また、検温、消毒、換気等の対策を講じ、**無観客**で開催します。
※37.5度以上の発熱・咳・咽頭痛などの症状がある方の参加はご遠慮ください。また、レッスン中以外は、**必ずマスクを着用してください。**

- ◇参加料◇ 高校生以上1人 1,500円、中学生以下1人 1,000円、未就学児 無料(当日受付にてお支払い下さい)
- ◇申込方法◇ 申込用紙に記入のうえ、問い合わせ先までFAX、メール、郵送、直接持参にてお申し込みください。
※先着 120名
- ◇その他◇
 - ・ヨガマット(バスタオルでも可)、内履き、タオルを持参し、動きやすい服装で参加願います。
 - ・主催者は、イベント中の事故について一切の責任を負いません。応急処置と傷害保険で対応するのみとします。
 - ・新型コロナウイルス等によるイベントの中止は主催者が決定し、当協会のHPにてお知らせします。
- ◇問い合わせ先◇ 北上市体育協会 TEL 0197-67-6720 FAX 0197-67-6721
MAIL moushikomi@kitakami-taikyou.sakura.ne.jp



協賛: セブンイレブン北上バイパス店 後援: 北上ケーブルテレビ株式会社、岩手日日新聞社