

4種のフィットネスで健康的な身体づくりを目指そう♪

初心者
歓迎

2022 KITAKAMI

フィットネスフェスティバル

5 / 29 (日) 北上総合体育館

申込締切 5/27(金)



エアロビクス

高橋 裕貴子さん

日本フィットネス協会
GFI エグザミネーター



ピラティス

相馬 大典さん

studio power spot 代表



バレトン

相馬 かおるさん

バレトン JAPAN
ソールシンセスインストラクター



ヨガ

昆野 暁子さん

akiko yoga
ヨガインストラクター

スケジュール

8:20	～		受 付
8:50	～	8:55	開 始 式
9:00	～	9:40	エアロビクス
9:45	～	10:45	ピラティス
10:50	～	11:30	バ レ ト ン
11:35	～	12:35	ヨ ガ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加者は北上市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 50 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



後援:北上ケーブルテレビ株式会社、岩手日日新聞社