

令和元年度佐久市スポーツ教室 「ポールを使ったウォーキング教室」開催要項

佐久市スポーツ教室は、初心者のための教室となっております。
「新しいスポーツに挑戦したい」・「運動不足が気になる」など、様々な方に参加していただき、
スポーツをはじめるきっかけづくりや、スポーツに親しんでいただくことを目的として開催しております。

1 主 催 佐久市教育委員会

2 開 講 日
(全10回)

回数	月 日	曜日	回数	月 日	曜日
1	8月24日	土	6	9月28日	土
2	8月31日	土	7	10月5日	土
3	9月7日	土	8	10月12日	土
4	9月14日	土	9	10月19日	土
5	9月21日	土	10	10月26日	土
			予備	11月2日	土

3 時 間 午前9時～午前11時

4 場 所 佐久市総合体育館、市内コース(「ずくだし歩こう佐久のまち!」参照)

5 講 師 佐久ポールウォーキング協会、佐久市スポーツ推進委員会

6 参加資格 小学生以上(小中学生は保護者同伴)

7 定 員 30名

8 参加料 1,000円(傷害保険料含む)

9 持ち物 ポール、運動靴、運動しやすい服装、帽子、飲料水、タオル、リュック

10 その他 裏面に、本教室の注意事項を記載しておりますのでご確認ください。
(各教室の注意事項を明記)

領 収 書

様

金 1,000 円

ただし、令和元年度佐久市スポーツ教室「ポールウォーキング教室」参加料として

佐久市教育委員会 スポーツ課

領収印

「ポールを使ったウォーキング教室」参加申込書

住所			
ふりがな			
氏名			
年齢	歳	性別	男 ・ 女
電話番号			
以前本教室に参加したことがある	はい ・ いいえ		

※18歳未満の方は保護者の承諾が必要です。

保護者氏名

(印)