

2019年度 松前公園 スポーツ講座

後期

お一人様／1講座（12回分）各2,400円
（松前町外の方／各2,880円）

愉快地音遊び♪ ZUMBA GOLD



ZUMBAは、ラテン系の音楽でのダンスフィットネスエクササイズ。『ZUMBA GOLD』は初心者や高齢者のためのプログラムです。心肺機能向上や、脂肪燃焼にも効果的なエクササイズです。

- 日程／9月～12月
- 曜日／火曜日
- 時間／13:05～13:50
- 回数／12回
- 定員／50名
- 保険料／600円（別途）
- 講師／田坂 真理子
- 会場／アリーナ
- 持参物／室内シューズ

私が担当しま～す♪
皆さんエンジョイしましょ～



対象

・松前町在住または在勤の成人の方（町外の方も参加料20%増でご参加可能です。）

応募方法

・チラシ裏面の受講申込書にご記入のうえ、申し込み期限までに、体育館窓口までご提出ください。
（郵送およびFAXでの申し込み不可）

・応募受付は先着順といたします。なお、定員を超える場合は、キャンセル発生時に受付順の繰り上げといたします。

・応募受付開始／ 2019年7月1日(月)午前9時（午前9時以前の申請は無効）

・締 切／ 2019年8月31日(土)午後9時

・定員に満たない場合は、継続的に募集いたします。

・このチラシは、松前公園体育館およびホームページにもあります。

支払方法

・お支払いは、体育館窓口にて申し込みと併せてお願いいたします。

その他

・支払い期限までにお支払いのない場合は、キャンセル待ちの方を繰り上げいたします。

・ご入金後のご返金は致しかねますので、予めご了承ください。

・やむを得ず日程や講師が変更になることがあります。

・受講希望者が少ない場合には、中止する場合があります。

・ご不明な点は、松前公園受付までご連絡ください。

松前公園体育館 〒791-3120 愛媛県伊予郡松前町大字筒井 638

TEL・FAX： 089-984-7227

指定管理者 伊予鉄総合企画株式会社

2019年度 松前公園スポーツ講座申込書

お一人につき1枚使用してください。(コピー可)

ふりがな		性別	年齢
氏名		男・女	歳代
住所 連絡先	〒		
	TEL () - 緊急連絡先 () -		
勤務先	※松前町在住以外の方で、お勤め先が松前町内の方はご記入ください。		
	事業所名	住所	TEL () -
伊予郡松前町			
受講講座			
<input type="checkbox"/> 【昼の部】 愉快地に音遊び♪ZUMBA GOLD (全12回)			

※応募の際、ご記入いただきました氏名・住所などの個人情報、受講にかかわる処理業務などの送付以外には利用いたしません。

キリトリ

講師

たさか まりこ
田坂 真理子

AFFA JPAN 公認 ZUMBA インストラクター
 AFFA JPAN 公認 ZUMBA GOLD インストラクター
 jcca 認定ストレッチポールベーシックインストラクター
 シナプソロジーインストラクター
 シナプソロジーアドバンスインストラクター
 IYU 認定 SLOW-FLOW YOGA 指導者

プロフィール

1982年愛媛県松山市生まれ
 コナミスポーツクラブ松山でグループレッスンの楽しさや素晴らしさを知り、愛媛生協病院メディカルフィットネス Co-Core において、フリーで活動する中でコアコンディショニングに興味をもち ZUMBA だけにとどまらず、シナプソロジー、ヨガ及びストレッチポール等の資格を取得し、幅広いレッスンの指導を行っています。また、レッスンの雰囲気としては、グループレッスンならではの、一体感や楽しさ、非日常的空間づくりを大切にしています。とにかく、楽しんでもらえればうれしいです。

講師実績

愛媛生協病院メディカルフィットネス Co-Core
 〈ZUMBA・ZUMBA GOLD・ストレッチポール・ストレッチ・ヨガ・ステップ他〉
 愛媛県総合運動公園スポーツ教室
 〈夜間 ZUMBA・筋トレ&リラクゼーションストレッチ〉
 地域事業体操教室

