

【ひたまる25】チャレンジ!!スラックライン体験会第3期

スポーツクラブひたまる25では、新しいスポーツ、スラックライン体験会を実施します。スラックラインとは幅5cm程度のベルト上のラインを利用した、綱渡りのようなスポーツです。ラインの上で、バランス感覚や体幹、集中力等を鍛えることが出来ます。上級者になると、ライン上でアクロバティックな演技を競う国際大会も開催されています。

(チャレンジ!!スラックライン体験会)

- 期 日 令和元年11月22日(金)、12月13日(金)、令和2年1月10日(金)、24日(金)全4回すべて金曜日
- 時 間 18:30～20:00
- 会 場 旧大場小学校体育館
- 対 象 者 市内在住の小学生以上の方
- 講 師 大森泰典氏(常陸大宮市スポーツ推進委員)
- 参 加 費 1回300円(保険料を含む。ひたまる25会員は無料)
- 募集人員 20名(先着順)申し込み人数が10人に満たない場合、中止になることがあります。
- 申込方法

下記申込書に必要事項を記入のうえ、スポーツクラブひたまる25事務局へFAX、メール、または申込みフォームでお申し込みください。

申込みフォームは下記URL及びQRコードから移行し、必要事項を入力後送信してください。

メールアドレス hitamaru25@ab.wakwak.com

申込みフォーム

PC・スマホ共用フォームURL <https://ws.formzu.net/fgen/S10974955/>

QRコード



- 申込期間 令和元年10月10日(木)～

- そ の 他 運動のできる服装、汗拭きタオル、飲み物、上履きをご持参ください。

..... き り と り (FAXの場合はきりとり不要)

【ひたまる25】チャレンジ!!スラックライン体験会第3期参加申込書

氏名(フリガナ)	住 所	会員区分(どちらかに○)	年齢または学年
	〒	会員・非会員	
	〒	会員・非会員	

※本申込書の個人情報については、目的以外に一切使用しません。

申込・問 スポーツクラブひたまる25 ☎55-9666 FAX 55-9667(問合せ時間 毎週火曜金曜の13時～17時)

✉ hitamaru25@ab.wakwak.com

【ひたまる25】「3B体操教室」参加者募集

3B体操とは、「遊びの要素」「気軽に」「体に無理なく」をキーワードに誰でも楽しめるよう考案された健康体操で、ボール、ベル、ベルトというBの頭文字が付く用具を使用します。6月に茨城国体デモンストラレーションスポーツとして開催され、ひたまる25主催教室の受講者にも参加しました。この機会に3B体操と一緒に楽しみましょう。

- 期 日 11/6・20、12/4・18、令和2年1/15・29、2/5・19、3/4・18(全10回、すべて水曜日)
- 時 間 10:00～11:30(9:30受付開始)
- 場 所 西部総合公園体育館トレーニングルーム(9月18日と10月2日は旧大場小学校体育館)
- 講 師 井上倫子氏(公益財団法人3B体操協会)
- 対象定員 どなたでも/30名
- 参 加 料 5,000円(保険料込み。初回に徴収)
- 用 具 用具をレンタルされる方・・・参加料のほかにレンタル代金2,000円を初回参加時にいただきます。/用具を購入される方・・・公益社団法人3B体操協会にご登録いただいたうえで(入会金1,000円。入会金のみで年会費等はなし)、用具代2,105円をいただきます。
- 申込方法 下記申込書に必要事項を記入のうえ、スポーツクラブひたまる25事務局へFAX(55-9667)でお申し込みください。
- 申込期限 10月10日～定員に達するまで
- そ の 他 体育館シューズ、汗拭きタオル、飲み物を持参してください。

..... き り と り (FAXの場合はきりとり不要)

【ひたまる25】3B体操教室参加申込書

氏名(フリガナ)	住 所	用具※いずれかを○で囲む
	〒	持参・レンタル・購入
	〒	持参・レンタル・購入

※本申込書の個人情報については、目的以外に一切使用しません。

問 スポーツクラブひたまる25 ☎55-9666 FAX 55-9667(問合せ時間 毎週火曜金曜の13時～17時)