

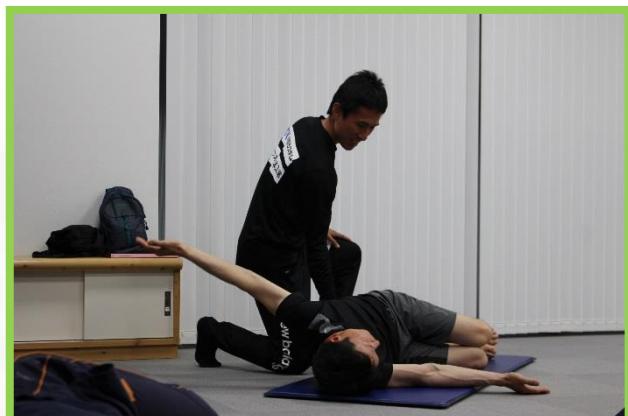


©2002 FC GIFU

FC岐阜エクササイズ教室 ～身体を柔らかくしよう～

参加者募集のお知らせ

FC岐阜スタッフが指導者となりストレッチやトレーニングを参加者に合わせて指導します。今回のテーマは柔軟性の向上です。身体を柔らかくしてていきましょう。運動が初めての方、ダイエットをしたい方、ぜひお気軽にご参加ください。



実施日時

4月26日、5月10日、5月17日
5月31日、6月14日
19:00～20:00
(金曜日)

会場：岐阜市スポーツ交流センター
<岐阜市曾我屋1丁目145番地1>
(主催：岐阜市)

参加者全員に
ランニングボトル
プレゼントやお！



※ 写真はイメージです。

どなたでも
ご参加
できます

募集人数
各10名

参加費
無料

当日の主な流れ

①

受付

5分前にお越しください

②

**体操
教室参加**

(当日ご用意いただくもの)

●体操ができる服装

●飲み物

※ウエアの貸し出しはございません。

※ボールなどの備品はすべて用意いたします。

応募方法

参加申込書に必要事項を記入のうえ、**FAX (058-295-7618)**
又は**岐阜市スポーツ交流館受付までお渡しください。**

申込締切

各開催日の3日前まで

ご連絡

先着順にて募集いたします。申し込み後、電話にてご連絡差し上げます。
定員数に達し次第募集終了となりますのでご了承ください。

安全上の注意

体操教室への参加は、自己責任となりますので、体調の悪い方、ケガ等のある方は、ご参加できません。体操教室中の事故やケガ等につきましては、応急処置を行いますがその後につきましては、各自の責任となります。

個人情報について

体操教室の写真等は、株式会社岐阜フットボールクラブおよびJリーグの広報・宣伝等に使用させていただくことがあります。予めご理解の上、ご応募をお願いいたします。

申込書

1 フリガナ お名前	年齢 歳
2 連絡先 【住所】 【TEL】	
3 参加希望日	<p>◎希望日に ○ をお付けください。(複数日の参加もできます)</p> <p>() ①4月26日(金) 19:00~20:00</p> <p>() ②5月10日(金) 19:00~20:00</p> <p>() ③5月17日(金) 19:00~20:00</p> <p>() ④5月31日(金) 19:00~20:00</p> <p>() ⑤6月14日(金) 19:00~20:00</p>

株式会社岐阜フットボールクラブ 担当 : ホームタウンチーム (大野・林)

〒502-0817 岐阜市長良福光2070-7
TEL 058-231-6811 FAX 058-295-7618