



©2002 FC Gifu

# FC岐阜エクササイズ教室 inスポーツ交流センター

## 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体幹トレーニングを参加者に合わせて指導します。運動が初めての方、ダイエットをしたい方、姿勢を整えたい方にお勧めです。ぜひお気軽にご参加ください。



(C)FC Gifu

(C)FC Gifu

(C)FC Gifu

実施日時

5月8日、22日／6月19日  
7月3日、17日、31日  
8月21日（金曜日）

時間

19:00～20:00

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）

どなたでも  
ご参加  
できます

募集人数  
各8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、  
岐阜市スポーツ交流館受付にお渡しください。

### 申込締切

各開催日の前日まで

先着順にて募集いたします。  
定員数に達し次第、キャンセル待ち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但其の後ににつきましては、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

フリガナ 1 お名前	年齢 歳
2 連絡先	【TEL】
3 参加希望日	◎希望日に ○ をお付けください。(複数日の参加もできます)
	( )① 5月 8日(金) 19:00～20:00
	( )② 5月 22日(金) 19:00～20:00
	( )③ 6月 19日(金) 19:00～20:00
	( )④ 7月 3日(金) 19:00～20:00
	( )⑤ 7月 17日(金) 19:00～20:00
	( )⑥ 7月 31日(金) 19:00～20:00
	( )⑦ 8月 21日(金) 19:00～20:00

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）

〒502-0817 岐阜市長良福光2070-7

TEL 058-231-6811 FAX 058-295-7618