

楽しく、きもちいい



スポーツ振興くじ助成事業

# ストレッチ講座

初めてでも、ウェルカム!

ココロとカラダの声に耳を傾けて

心身ともに リフレッシュ

日時 **第1回 基本編 7月 4日(金)** 18:30~20:00

**第2回 応用編 7月 11日(金)** 18:30~20:00

会場 京都市市民スポーツ会館

講師 **柳田 尚子氏** (立命館大学 スポーツ強化センターストレンクス&コンディショニングコーチ)  
日本体育協会公認アスレティックトレーナー

持ち物 ●室内シューズ ●運動できる服装

参加料 無 料

定 員 70名(抽選)

申込方法 郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を記載の上、  
はがき又はメール・FAXにてお申込みください。

申込先 公益財団法人 京都市体育協会「ストレッチ講座係」  
〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1  
FAX. 075-315-4521  
E-mail: dash@kyoto-sports.or.jp

申込締切日 平成26年6月19日(木) 必着  
申込終了後、厳正な抽選のもと、当選者のみ通知を郵送いたします。

問合せ先 公益財団法人 京都市体育協会 TEL. 075-315-4581

注 意 事 項 参加者は万全な健康管理のもと参加してください。  
すべての参加者に対し、万一受講中に事故があっても  
加入保険の範囲または応急処置以外の責任は負いません。

