

浦安市屋内水泳プール スイムセミナー

## 『体幹スイム』開催要項

スイムの基礎を学びましょう

プロトライアスロンコーチが楽しく安全に指導を行います！

### 【開催日時と内容】

平成 22 年 5 月 29 日 (土) 17:30~19:30

体幹を使った効率良い泳ぎを“スイム用動きづくり”でマスターしよう！

### 【場 所】

浦安市運動公園屋内水泳プール 25m プール×2 コース

### 【定 員】

30 名

### 【対 象】

25m 以上泳げる方

16 歳以上の方

### 【参加費】

3,000 円 (保険代等)

### 【指導者】

青山 剛さん (あおやま たけし) プロトライアスロンコーチ

### 【申込日】

平成 22 年 5 月 12 日 (水) 9:00~

下記の『スポーツ事業の参加にあたって』をよくお読みの上、メールによる申込みを受付いたします。なお、FAX にて申込みされた方は参加の確認ができればご入金頂くようお願いいたします。

### 【問合せ・申込み先】

申込みアドレス [m-oiiri@urayasu-kousha-b.jcomoffice.jp](mailto:m-oiiri@urayasu-kousha-b.jcomoffice.jp)

下記の必要事項を記入のうえ送信して下さい。

問合せ電話 047-355-1110 FAX 047-355-3800 担当 笈入(オイリ)

### 【持ち物】

スイム用具 (水着、キャップ、ゴーグル等) 健康保険証

### 【協賛】(予定)

グリコパワープロダクション (ドリンク提供)

TYR (ティア)

## 諸注意

1. スポーツ事業にご参加の際は、そのスポーツの特性や運動強度等をよく理解し、安全管理・健康管理において十分注意をお払い下さい。(無理をせずご自身のペースでご参加下さい。)なお、未成年者の参加の場合は、参加者の保護者にあたる方が事業の内容をよく理解しておくようお願いいたします。
2. 体調等に違和感(めまい、頭痛、吐き気等)が生じた場合はすみやかにスタッフに声をおかけ下さい。なお既往症や体調のことで不安な点がございましたら、いつでも遠慮なくご相談下さい。また、準備運動・整理体操は全体でも行いますが、足りない部分は各自で補足し行ってください。  
また当日のケガについては応急処置をいたしますのでスタッフまで声をおかけ下さい。
3. 貴重品は各自で管理して下さい。体育館1階事務室前にある『貴重品用ロッカー』を利用頂けます。
4. セミナー時に撮影した情報(写真・ビデオ)については当公社にて管理し、事業案内やセミナー報告等に使用させて頂くことがございます。また、個人情報については、当公社が行う事業案内等を行う際に使用させて頂くことがございます。
5. お車でお越しの方は、入場から5時間を超過した場合に手続きが必要になります。駐車券を体育館1階事務室までお持ち下さい。
6. 天災または気象条件などで、安全確保のために教室中止または教室内容をやむを得ず変更する場合がありますのでご了承下さい。

## お支払方法・キャンセル規定 (必ずお読み下さい)

### 1. 参加費の入金について

**申込後、7日以内に参加費のご入金をお済ませ下さい、**

**ご入金の確認をもって参加申込みといたします。**

**銀行振込** 当社指定の銀行口座にお振込み下さい。

振込み手数料はお客様のご負担とさせていただきます。

お振込みの際には、お申込者名と同じ名前をご入力願います。

銀行/支店 京葉銀行 浦安富岡支店(店番号163)

口座番号 (普通)4896761 財団法人浦安市施設利用振興公社

**窓口支払** 総合体育館1階事務室窓口にてお支払下さい。

開館時間 9:00～21:00

休館日 第1・第3水曜日

## 2. キャンセルによる返金について

- (1) キャンセルは電話でのみお受けします。
- (2) 開催日の5日前以前にご連絡いただいた場合...全額返金
- (3) 開催日の4日前から開催当日にご連絡いただいた場合...返金できません

5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日
金曜日	土曜日	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
8日前	7日前	6日前	5日前	4日前	3日前	2日前	1日前	開催日
全額返金				返金できません				

## 3. 返金方法について

銀行振込による返金の場合、約1週間を要します。

返金時の振込手数料は、参加費(返金額)から差し引かさせていただきます

窓口返金の場合、キャンセルされた日を含む7日以内に総合体育館事務室までお越し下さい。

全額返金いたします。(印鑑持参、本人)

申込日 月 日 受付者 番号

### 浦安市屋内水泳プール“スイムセミナー”申込書

参加者氏名	性別	男性	女性		
生年月日	血液型	A	B	O	AB
住所					
連絡先(緊急時)	( )				
メールアドレス (必ず記入)	@				
参加費支払方法 (予定)	銀行振込	窓口持参			
水泳について	泳げる【25歳以内・50歳以内・50歳以上】				

申込日 月 日 受付者 番号

**浦安市屋内水泳プール“スイムセミナー”申込書**

フリガナ 参加者氏名	.....	性別	男性 女性
生年月日	西暦 年 月 日 ( 歳 )	血液型	A B O AB
住所	〒 -		
連絡先(緊急時)	( )		
メールアドレス (必ず記入)	@		
参加費支払方法 (予定)	窓口持参	銀行振込	
水泳について	泳げる【 25 歳以内・50 歳以内・50 歳以上 】		