公益財団法人盛岡市スポーツ協会／もりスポネット協働事業

盛岡体育館

令和３年度　いきいきライフ開催要項

第１期　スポーツウエルネス吹矢

１　趣　　旨　　様々なスポーツを通じて参加者間で交流を深めていただき、生涯にわたってスポーツを楽しむきっかけづくりをお手伝いします。第１期は、スポーツウエルネス吹矢を楽しみましょう！

スポーツウエルネス吹矢は、性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。腹式呼吸で精神集中や血行促進、細胞の活性化にも役立ち、内臓の諸器官にも良い影響を与えます。

２　期　　日　　令和３年５月１４日、２１日、６月４日、１８日、７月２日、９日

全６回　金曜日　10：15～11：45　　※大会等で日程の変更が生じる場合があります。

３　会　　場　　盛岡体育館　１階アリーナ

４　主　　催　　公益財団法人盛岡市スポーツ協会

(盛岡体育館指定管理者　http://www.morioka-sport.or.jp)

５　共　　催　　盛岡市／もりスポネット（(一社)盛岡市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会）

６　募集人数　　１５名　　※定員に達しない場合は中止の可能性があります。

７　講　　師　　盛岡市内の総合型地域スポーツクラブより（協力：盛岡市スポーツウエルネス吹矢協会）

８　参 加 料　　４，９５０円（保険料含む）

もりスポネット加盟団体※会員：４，１２５円（保険料含む）

（※もりスポネット加盟団体とは、盛岡市内の総合型地域スポーツクラブのいずれかをさします。）

９　保険内容　　あいおいニッセイ同和損保　レクリエーション傷害保険

入院日額　3,000 円、通院日額 3,000 円

１０　申込受付　　令和３年４月２０日（月）10：00 から電話受付開始

受付電話番号　盛岡体育館　０１９－６５２－８８５５

電話申込後、令和３年５月６日（木）までに盛岡体育館窓口にて参加料をお支払ください。

（もりスポネット加盟団体会員は、会員であることを確認できるものをご用意ください。）

キャンセルは５月７日（金）まで（納入された参加料の返金には領収書が必要です。）

１１　そ の 他　　〇運動の出来る服装でお越しください。

〇体育館用シューズ、タオル、水分補給用飲み物をご持参ください。

〇医師からの運動制限を受けている方は参加いただけません。

〇コロナ対策として、実技の時間以外はマスクを着用ください。

問い合わせ先　〒０２０－００６６　盛岡市上田３丁目１７番６０号

盛岡体育館　℡０１９－６５２－８８５５

◎個人情報保護について

参加申込に際してご提供いただく個人情報の管理は(公財)盛岡市スポーツ協会が行います。また、情報は参加者の傾向分析、保険会社に提出する名簿の作成、参加者との連絡調整に使用します。

事業開催中、教室の様子を撮影する場合があります。写真の肖像権については、(公財)盛岡市スポーツ協会に帰属します。写真は、広報活動等の目的で協会ホームページ上等に掲載することがあります。

令和３年度　いきいきライフ 第１期　スポーツウエルネス吹矢　スケジュール		
５月	６月	７月
１４日、２１日	４日、１８日	２日、９日

【日　時】　**金曜日　（10：00 開場）10：15～11：45**

【会　場】　盛岡体育館　１Ｆアリーナ

【お持ち物】動きやすい服装（マスク着用）でお集まりください。

体育館シューズ、タオル、飲み物、必要に応じて着替え等

【今後の予定】

8月～10月　(金)6回予定	**第2期　ニュースポーツ**
11月～2月　(金)6回予定	**第3期　はじめてのグラウンドゴルフ**
2月～3月　(金)予定(1回)	**初開催！グラウンドゴルフ交流大会**

【令和３年度　いきいきライフについて】

私たちの健康維持に必要なのは、バランスの良い食事・運動・休養です。一方で、近ごろ思うように外出ができなくなり、運動不足やストレスを感じていませんか？

きちんとコロナ対策を取りながら、人と会い、運動を楽しむ習慣を身につけることで、健康でいきいきとした生活を送ることができると思われます。

そこで、このたび、盛岡体育館と、もりスポネットがタッグを組んで、盛岡市のみなさんにスポーツを楽しむきっかけづくりのお手伝いをさせていただくこととなりました。第１期のスポーツウエルネス吹矢の体験に始まり、各種ニュースポーツや、グラウンドゴルフなどをご用意してお待ちしております！体調管理・コロナ対策を行ったうえでご参加ください。