

岡崎スポーツフェスティバル2024

ストロングネーション教室

- 1 主 催 岡崎市・岡崎市教育委員会
- 2 講 師 若杉 郁美 氏
- 3 日 時 令和6年10月26日（土） ※雨天決行
受付 9:00～
教室 9:30～10:30
- 4 会 場 岡崎中央総合公園 第1鍊成道場（フローリング）
- 5 参加規程 岡崎市在住・在勤・在学の中学生以上の者とする。
- 6 募集人員 定員20人（応募者多数の場合は抽選とする。）
- 7 内 容 有酸素運動や筋力トレーニングを音楽にあわせて強度変換しながら行うことで、筋肉強化と脂肪燃焼を図る。
- 8 持 ち 物 運動のできる服装、室内シューズ、ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み物、タオルなど
- 9 申込方法 (1) 期間 令和6年8月26日（月）～令和6年9月30日（月）まで
(2) 方法 参加申し込みフォームからエントリーし、必要事項を記入すること。
- 10 そ の 他 (1) 参加者は、健康管理に留意して各自の責任において参加すること。
(2) 高校生以下の方は、保護者の同意を得て参加すること。
(3) イベント中の傷害等については、応急処置はするがその後の責任は負わない。
その旨を承諾のうえ申し込むこと。なお、岡崎市市民活動総合補償保険の対象となる。
(4) 主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令を厳守のうえ個人情報を取り扱う。
(5) イベント参加中の映像・写真・記事・記録や参加者の氏名・所属等のテレビ・新聞・インターネット等への掲載、放映権は主催者に属する。
(6) 競技スペースでの飲食は禁止だが、水筒やペットボトルを用いた水分補給は可能。また、観覧席での飲食も可能。