



健康セミナー&スローエアロビック®体験会

1. 目 的 「いきなりスポーツは無理」という方に、まずは健康についての知識を学んでいただき、同時に開催するスローエアロビック®を受講することでより知識と動きが定着し、運動を継続することを目的とする。

※「スローエアロビック®」は、公益社団法人日本エアロビック連盟が開発した運動プログラムです。
2. 主 催 公益財団法人佐世保市スポーツ協会
3. 講 師 社会医療法人財団白十字会
長崎県エアロビック連盟
4. 開催日時 令和8年9月30日（水）
13時30分～14時30分（健康セミナー）
14時30分～15時30分（スローエアロビック®）
（※受付開始 13時～）
5. 場 所 体育文化館 会議室及び小体育室
6. 対 象 者 どなたでも
7. 定 員 30名（先着順）
8. 参 加 料 300円（傷害保険料含む。但し、保険には会場までの往復途上は含んでいません。）
当日受付にてお支払いください。
9. 申込・問合せ ◆【募集期間】令和8年8月30日（日）～定員になるまで
◆募集期間中に下記あてに電話で申し込む。
◎体育文化館：22-1522（9時～17時30分）
10. そ の 他 ・必要な道具等は、各自で用意してください。
（室内シューズ、飲み物等）
・運動中の事故や怪我等は、応急処置は行いますが、その後は主催者が加入する保険の範囲で対応します。

- 一旦納入された参加料は、返金できませんのでご了承ください。ただし、荒天やその他諸事情により、やむを得ず日程変更や中止をする場合は、この限りではございません。
- 申込により保有した個人情報については、当協会の事業以外の目的には利用いたしません。また、教室風景等を写真撮影し、広報、報告書等に使用させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 申込者が極端に少ない場合は中止する場合があります。
- 別紙イベント・教室参加上の注意事項の内容に同意の上、お申し込みください。



スローエアロビック®については
こちらをご覧ください。