

**公益財団法人盛岡市スポーツ協会 盛岡市立武道館
ピラティス体験会 開催要項**

- 1 趣 旨 ストレッチボール、ピラティスボール等を用い、身体のストレッチ・筋力強化・バランス強化を目的とする。深い呼吸でピラティスエクササイズを実践することで、自律神経を整え理想的な姿勢・動作へと導く。
- 2 期 日 令和8年4月13日（月）10：00～11：15
- 3 会 場 盛岡市立武道館 柔道場
- 4 主 催 (公財)盛岡市スポーツ協会（盛岡市立武道館指定管理者）
<https://www.morioka-sport.or.jp>
- 5 共 催 盛岡市
- 6 参加資格 18歳以上
- 7 募集人数 15名
- 8 内 容 初心者の方も行えるピラティス。しなやかな体づくりを目的とする。
- 9 講 師 越戸 淳子 （basi マットピラティスインストラクター・武道館職員）
- 10 参 加 料 500円（消費税を含む）
- 11 申込方法 ○令和8年3月23日（月）10時～
○盛岡市立武道館まで電話（019-654-6801）または窓口にてお申込みください。
○参加料は申し込み後、武道館窓口へ納付してください。（当日可）
【キャンセルについて】
○お客様都合や感染症を理由とするキャンセルについては参加料の返金はいたしませんので予めご了承ください。
○返金には領収書の控えが必要となります。
- 12 そ の 他 ○運動のできる服装で、また汗拭き用のタオル、水分補給の飲み物をご持参ください。
○畳の上で行いますので、室内シューズは必要ありません。
○参加者が3名に満たない場合は中止になることがあります。
○医師から運動制限を受けている方は、参加できません。
○主催者の責めによらない理由の場合、参加料は返金いたしません。

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・盛岡市広報等に掲載することがあります。

◎問い合わせ 〒020-0882 盛岡市住吉町3番12号
盛岡市立武道館 TEL（019）654-6801
（e-mail：sirtubudoukan@morioka-sport.or.jp）