

アカリレーシング『フィジカルトレーニング』

絶対負けないカラダをつくれ！！スキルアップはカラダの使い方から！継続は力なり！

【日程・場所】

7月5日（公園）、6日（公園）、13日（公園）、
8月17日、23日、24日、
9月7日、28日、
10月5日、19日

【場所詳細】

・陶芸の里スポーツ公園
〒981-4401 宮城県加美郡加美町宮崎新土手浦1
天候等により変更になる場合がございます。

【講師】大場朱莉

【コーチングフィー】

- ・チーム会員 1日/¥1,000-
- ・ビジター学生 1日/¥2,000-
- ・一般 1日/¥6,000-

※天候不良やトレーニング内容によって体育館を利用する事があります。
その際は1名につき上記金額とは別途¥100-を頂きます。

【定員】 特になし

【時間詳細】

・公園の場合
集合 8:15（駐車場内にある屋外バスケットコート付近へお集まり下さい）
トレーニング 開始8:30～終了12:30
・体育館の場合
集合 8:15(体育館前入り口)
トレーニング 開始8:30～終了12:30

【支払い方法について】

現地現金精算のみとなります。お釣りの無い様お願い致します。
申込み後に届く請求メールをご確認下さい。

【服装・持ち物】

トレーニングできる服装
ストレッチマット・タオル・腕時計・帽子・縄跳び・トレーニングチューブ・飲み物
体育館の際はバランスボールとストレッチローラーもお持ち下さい

【その他】

- ・屋外でのトレーニングの際は帽子の着用など、熱中症対策をお願い致します。
- ・参加に際して配慮が必要な場合は、備考欄にご記載の上、ご相談下さい。
- ・キャンセルされる場合、7～4日前まで50%、3日前より100%のキャンセル料を頂きます。その際の振込み手数料については、お客様へ自己負担頂きますのでご了承下さい。
- ・参加する方は、各自必ず傷害保険等への加入を行なってください。

