

インストラクターを派遣します

運動をしたいけど、どんな運動をしたらよいか分からないなどの悩みはありませんか？これから運動を始めたいと思っている方々を応援するため、希望される会場に市のインストラクターを派遣します。

募 集 要 項

◎応募条件◎

- 参加者が指宿市内に在住もしくは在勤していること（※職場や PTA、友人、地域のご近所さん同士など）。
- 概ね10名以上が参加できること。

◎費 用◎

- 無料ですが、会場使用料や保険等につきましてはグループまたは個人で負担してください。

◎運動種目◎

- ストレッチ、ストレッチポール、ヨガ、フィットネス・フラ、ポールウォーキング、親子体操、レクリエーション、骨盤体操、ラジオ体操など（※参加者の方々の要望を取り入れながらプログラムを設定します）。

◎派遣時間◎

- 9時から17時までの概ね1時間程度（※原則、土・日・祝日・年末年始等は除きます）。

◎申込方法◎

指宿保健センター、山川・開間支所に置いてある申込書に必要事項を記入の上、派遣希望日の3ヶ月～前月までに、指宿保健センターに持参するか、FAXで申し込んでください。申込書は市のホームページからダウンロードすることもできます。 <http://www.city.ibusuki.lg.jp>

◎その他◎

- 参加者の募集、会場の確保や会場等の使用料の負担は、申込者で行ってください。
- 市が主催する他の事業を優先するため、派遣日時によってはご希望に添えない場合やお断りする場合があります。
- 健康に不安がある方や心臓病の既往がある方は、事前に主治医の診断を受けてください。
- その他、不明な点につきましてはお気軽にご相談ください。



◎お問合せ先◎

指宿市役所 健幸・協働のまちづくり課 健幸戦略係
(なのはな館内)

電 話：23-1003 FAX：23-1004