



初めての方でも  
ご参加可能です。  
大小のバランスボール  
を利用して身体の  
バランス力を  
高めます！

# バランスボール教室

2022年

9/15・22・29・10/6・13・20

13:30~14:30 毎週木曜日（全6回）

※コロナウイルス感染状況等によって、変更や休止を行う場合がありますので、ご了承ください。

**場 所** 伊勢原市体育館 2階 剣道場

**対 象** 市内・市外の方問わず（高校生以上）  
定員30名

**参加費** 3,000円（全6回）  
初回時にお支払いください。  
※欠席の場合、払い戻しはできません。

**持ち物** ・運動できる服装 ・タオル ・飲み物  
・室内シューズ（運動靴）  
※バランスボールは無料で貸出いたします。

**申込方法** 8/16（火）より  
お電話または直接体育館管理事務所へ

## 利用方法

- ①当日、2階剣道場までお越しください。  
初回は参加費をご用意ください。
- ②受付時に体温を測定させていただきます。  
また、感染症対策チェックリストの提出  
が必要です。チェックリストの記載事項  
に全てチェックいただけない場合は、  
参加できません。

お問合せ：“元気な伊勢原づくり”共同事業体

伊勢原市総合運動公園 体育館 管理事務所

TEL 0463-92-3536

FAX 0463-92-3777

e-mail [info@genkina-isehara.net](mailto:info@genkina-isehara.net)