

姿勢改善教室『シセイカルテ』付き

令和8年度 第2期
(10月～12月) 募集案内

【募集期間】令和8年8月1日(土)～9月15日(火)(必着) ※定員超の場合は抽選

【“姿勢改善教室”って何?】運動やヨガを通して、美姿勢や骨盤矯正を図るプログラムです。
AI姿勢分析『シセイカルテ』で姿勢の歪みや歩き方、未来の姿勢を測定して、
自分の姿勢を客観的に把握。インストラクターの指導と併せて、姿勢の改善を図ります。

		対象	曜日	時間	回数	定員	受講料(消費税込)
姿勢改善A		一般	金	13:00 ~ 14:00	10回	20人	7,000円
姿勢改善B				14:30 ~ 15:30	10回	20人	
日程	10月	9(金) 16(金) 23(金) 30(金)					
	11月	6(金) 13(金) 20(金) 27(金)					
	12月	4(金) 11(金)					
特記事項(持ち物(★)) ※当館では用具の貸出はありません。忘れずにお持ちください							
持ち物 ★運動のできる服装(特に柔軟性のあるもの) ★ヨガマット(※任意ですが、あるとより楽しめます)							
◇A・Bは同一内容の教室です。ご都合の良い方を選択してください。 ※時間のご都合が合わない日は、一時的にもう一方の教室に移ることが可能です ◇10/9(金), 10/10(土), 12/11(金), 12/12(土)に『シセイカルテ』測定(追加費用負担なし)を実施します。 ※教室時間外に実施します。時間等の詳細は別途ご案内します ※10/9(金)・10/10(土)のいずれか1回、12/11(金)・12/12(土)のいずれか1回、合計2回ご参加ください ※服装は自由です。また、結果送信のためにスマートフォンが必要です ※参加は任意です							

【申込方法】※“消えるボールペン”は使用しないでください

- ◇Googleフォーム(メールアドレス必須)…右記QRコード先のフォームから申込
- ◇メール・ホームページの問い合わせフォーム・往復はがき(170円)…
本紙申込書の内容を簡条書きで明記(はがきの場合はメールアドレスは任意)して送信(発送)
- ◇FAX(メールアドレス必須)…本紙申込書に必要事項を明記して送信
- ◇シンコースポーツ神奈川県立武道館 窓口…
本紙申込書に必要事項を明記し、メールアドレスのある方は申込書のみ、
ない方は返信用の通常はがき(85円)を添えて、当館窓口へ提出



【注意事項】

- ◇日程は募集案内発行時のものです。今後変更される場合があります。
- ◇未成年者のお申込みには保護者の同意が必要です。必ず保護者氏名をご記入ください。
- ◇抽選結果や教室のご案内は募集締切後数日以内に、メールまたははがき(はがきの方のみ)で通知します。
※数日を過ぎても通知が未着の場合は、当館までお問い合わせください
- ◇定員未達の教室は、募集締切後も先着順で受付します。また、途中回からの受講も可能です。
- ◇受講料は最初の受講日にお支払いください。受講料は一人当たり一教室・全回数分、
受講回数に関わらず一律です。また、お支払いいただいた受講料は返金できません。
- ◇教室時のスポーツ傷害保険に当館で加入しています(受講者の追加費用負担なし)。
- ◇職員が運営・広報のため、教室の動画・写真撮影や録音を行うことがあります。
- ◇個人情報や撮影・録音データは厳重に管理し、運営・広報の目的以外には使用しません。



【申込・問い合わせ先】

[住所] 〒222-0034 神奈川県横浜市港北区岸根町725 シンコースポーツ神奈川県立武道館
[開館時間] 9:00～21:00 [休館日] 第2・第4月曜日(祝祭日・振替休日を除く)、年末年始、館内整理日
[電話番号] 045-491-4321 [FAX] 045-491-2192
[メールアドレス] kanagawabudokan@shinko-sports.com

令和8年度 第2期 姿勢改善教室 申込書

シンコースポーツ神奈川県立武道館

申込教室 ※○で選択	A	B	備考 (意見・要望・ 受講歴・熱意等)			
ふりがな				性別	男 ・ 女	
氏名				満年齢	歳	
保護者氏名 ※受講者が未成年 の場合は必須				学年 (令和8年度) ※在学の方	年	
住所	〒 — — — — —					
メールアドレス ※明瞭に記入						
電話番号	— — — — —			申込日	年 月 日	