

大人体験教室申込書

- 日程 令和7年3月28日(金)
- 時間 13:00~14:00 *1時間のプログラムになります。
- 料金 1,100円(税込み) *参加費は、申し込み時のお支払となります。
- 内容 ◎ 自分の体どこまで把握していますか？自分の体は自分でメンテナンスをテーマに肩・腰・膝痛予防改善やめまい予防などプールを使用しながら運動を行います。ちょっとした発見が大きな第一歩になります。皆様のご参加をお待ちしています。
- 対象 18歳以上の方
- 申込み日 3月1日(土)~3月22日(土)
- 持ち物 水着、キャップ、タオル。
- お問い合わせ 常陸太田市温水プール Tel 0294-80-6556

常陸太田市 温水プール 大人体験教室 申込書

フリガナ	生年月日	年齢	電話番号
名前			
<p>○プールでの運動についてお聞きします。下記の当てはまる所に「○」印をご記入ください。</p> <p>☆ プールでの運動は初めてですか？ はい ・ いいえ</p> <p>☆ 水中ウォーキング経験はありますか？ はい ・ いいえ</p> <p>☆ アクアビクス経験はありますか？ はい ・ いいえ</p> <p>☆ 水泳の経験はありますか？ はい ・ いいえ</p> <p>○持病及び関節痛などについてお聞きします。</p> <p>☆ 大きな病気をした事がある はい ・ いいえ</p> <p>☆ 現在通院されていますか？ はい ・ いいえ</p> <p>☆ 腰に痛みがありますか？ 常に痛む ・ 時々痛む ・ いいえ</p> <p>☆ 膝に痛みがありますか？ 常に痛む ・ 時々痛む ・ いいえ</p> <p>☆ 肩に痛みがありますか？ 常に痛む ・ 時々痛む ・ いいえ</p> <p>☆ めまいがする時はありますか？ はい ・ 時々する ・ いいえ</p> <p>☆ 他に悩んでいる事がありましたら下記に記入をお願いします。</p> <p>()</p> <p>《常陸太田市温水プール 殿》</p> <p>健康上問題がないため本教室に申込みします。</p> <p>年 月 日</p> <p>名前 _____ 受付者 _____</p>			