

おでかけグリーンアリーナ

健康・体力サポートセンタースタッフが皆さんのもとに伺い、健康の保持増進や競技力向上を図る上で必要となるヒントをお伝えし、健康づくりや体力づくりをサポートします！



【内容】

- ・健康づくり、体力づくりに関する講座
- ・ストレッチ体操、筋力トレーニング(実技)
- ・体力測定(握力、長座体前屈等)
- ・姿勢チェック等

※その他、内容についてはご相談に応じます。

【対象】

健康づくりまたは競技力向上を目的とした、10名様以上のサークル等の団体、グループ等(学校運動部、クラブチーム、企業など)

体力づくりに関する講座



ストレッチ体操



【料金】

・5,000円/回/2時間程度(1団体10名様～)
(会場使用料が必要な場合は、申込者負担となります。)

※人数及び内容によっては料金変動いたします。
詳しくはお問い合わせください。

【お申し込み方法】

1. 次のいずれかの方法で、**実施希望日の2カ月前までに、「おでかけグリーンアリーナ」申込書**を提出してください。

- メールアドレス:g-arena@h-jigyoudan.or.jp
- FAX:(082)228-4992 郵送:下記のお申し込み先へ
- WEB:ホームページまたはこちらのWEBお申し込みフォーム



広島県立総合体育館

2. 確認後、健康・体力サポートセンターから、連絡します。

※お申し込みの状況によっては、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

〈受付対応時間〉午前9時から午後8時まで

〈受付対応不可日〉令和6年 10/7(月)、12/2(月)、3(火)、12/29(日)~31(火)

令和7年 1/1(水)~1/3(金)、2/3(月)、3/3(月)

当体育館 HP・刊行物等への写真の掲載などのため、写真撮影をいたしますので、予めご了承ください。

政治、宗教活動、または営利・販売目的とした集会、その他当事業の趣旨に適さないと思われる場合は、お受けできません。

お申込み・お問合せ先



広島県立総合体育館 健康・体力サポートセンター

〒730-0011 広島市中区基町 4-1

TEL(082)228-1111 FAX(082)228-4992

ホームページ <https://h-jigyoudan.or.jp/sports-center/>

主催:公益財団法人広島県教育事業団(広島県立総合体育館)



FAX(082)228-4992

令和 年 月 日送信

FAX される場合は、黒のボールペンなどで文字・数字を大きくはっきりとご記入ください。

「おでかけグリーンアリーナ」申込書

団体・グループ名等 (ない場合は代表者名を記入)					
連絡先	ふりがな				
	代表者名前				
	ふりがな				
	担当者名前				
	TEL(日中、連絡が可能な電話番号) — —	FAX — —			
メールアドレス					
参加 予定人数	人	参加者 年代	歳代	～	歳代
希望日時	第1希望	令和 年 月 日()	午前・午後	時 分	～ 時 分
	第2希望	令和 年 月 日()	午前・午後	時 分	～ 時 分
	第3希望	令和 年 月 日()	午前・午後	時 分	～ 時 分
実施場所	施設名				
	住所	〒			
備考(内容やその他何かご不安な点等ありましたらご記入願います。)					