

スラックライン トランポリン クライミング ロープスティング

# おとなのための WELLNESS PARK

はじめ  
ました

トランポリンの経験はありますか？クライミングやスラックラインを知っていますか？ハイジのブランコに憧れませんか？これらのバランススポーツは楽しむだけでインナーマッスルが鍛えられ、脳や内臓が活性化されます。宇宙飛行士の訓練にも利用されるほどの効果を、フィットネスに、ダイエットに、ストレス解消に役立てましょう！またこのクラスは参加費に障がいのある方へのサポートが含まれており、ノーマライゼーションを推進する取組でもあります。他では決してまねのできない、大人のためのスポーツ体験。ぜひご参加をお待ちしております！

## ◆Try for Normalization 第2期 利用要項◆

内容：トランポリン・スラックライン・クライミング等に挑戦しながらレベルに応じて楽しく体を動かします。

対象：19歳以上

定員：各回 8名程度

日程：1～3月の指定木曜日全9回【1/14 1/21 1/28 2/4 2/18 2/25 3/3 3/10 3/17】

時間：①60分コース[19:15～20:15] ②30分コース[19:45～20:15]

場所：フラットホール（伊達市舟岡町161-1）

料金：2,000円(60分) 1,000円(30分) ※無料見学・500円体験も承ります。(要予約)

プリペイド特典 5,000円(60分×3回分：有効期限2016年3月末)

紹介特典 2人以上の紹介で次回 紹介者1名半額

(任意加入：スポーツ保険料 別途1,850円)

服装：ジャージ上下・はだし

※チャックやボタンがなくトランポリンの跳躍面を傷つける恐れのない服装

持物：水分補給用ドリンク・タオル・着替え

予約：裏面の内容をEメールまたはファックスでご連絡ください。

【メール：wellness@1.so-net.jp】表題を「T4N申込」としてください。

【FAX：0142-82-6026】裏面の申込書を送ってください。

NPO法人  
WELLNESS  
PLUS

ADD：伊達市舟岡町161-1  
TEL：080-1863-6844  
FAX：0142-82-6026  
MAIL：wellness@1.so-net.jp

# Try for Normalization 申込書

FAX:0142-82-6026

受付 / 担当

氏名	かな	年齢	歳	所属
	男・女			
電話		メール		
日時	1/14(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
	1/21(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
	1/28(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
	2/4(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
	2/18(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
	2/25(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
	3/3(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
	3/10(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
	3/17(木)	・60分コース(19:15～)	・30分コース(19:45～)	・見学/体験(19:45～)
料金	60分コース:2,000円/回		30分コース:1,000円/回	合計 円
その他	・普段スポーツの頻度	・頻繁 ・週数回 ・月数回 ・年数回 ・久しぶり		
	・経験の有無	・なし ・トランポリン ・スラックライン ・クライミング		
	・知らせておきたい持病や服用中の薬	詳細		
	・特典希望の紹介者	名前		

さん

※基本的に連絡をEメールにて行います。

※T4Nでは活動の特性上、安全上守るべき諸事項やスタッフの指示等に従わないことにより、

または自らの健康状態もしくは過失・事故により誤って怪我をする可能性があります。

様々な挑戦はご自身の体調やスタッフのアドバイスをふまえ危険性を理解した上で実施してください。

なお毎年度更新するスポーツ安全保険に任意で加入いただくことができます。

※他に何か心配な点がございましたら、遠慮なくお問合せください。

## Normalization ノーマライゼーション

伊達市には障がいをもつ方が全人口のおよそ2%いますが、彼らがスポーツを日常的に楽しむことは簡単なことではありません。Try for Normalization は料金に彼らへのサポートが含まれており、同日程の19:00までは障がいのある方が同じバランススポーツを実施するクラスが開催されます。自分のために参加することが障がいのある方へスポーツ機会を提供することにつながる、これは障がいの有無にかかわらず共に心身の健康を増進する、伊達市の推進する「ノーマライゼーション」に貢献する新たな取り組みです。