



仕事帰りに

# トランポリン

伊達でのぼれる

# ボルダリング

◆T4N 3rd シーズン◆

内容：ボルダリング4面 トランポリン3台 スラックライン スイングロープほか

対象：19歳以上 定員：各回 10名（要予約）

日程：指定の月曜日 全9回【2016年度は更に9～11月に11回、1月～3月に9回を予定】

①5/9 ②5/16 ③5/23 ④6/6 ⑤6/13 ⑥6/20 ⑦6/27 ⑧7/4 ⑨7/11

時間：19：00～19：50

場所：フラットホール（伊達市舟岡町161-1）

料金：年会費2,000円 1,500円(1回) プリペイド特典5,000円(4回)

※無料見学、1,000円体験あり（要予約）

服装：ジャージ上下・体育館シューズ 持物：水分補給用ドリンク・タオル・着替え

問合せ・予約：EメールまたはFAXで担当北原までご連絡ください。

【メール： [wellness@1.so-net.jp](mailto:wellness@1.so-net.jp)】

表題を「T4N申込」としてください。

【FAX： 0142-82-6026】

NPO法人

WELLNESS

PLUS

ADD：伊達市舟岡町161-1

TEL：080-1863-5844

FAX：0142-82-6026

MAIL：[wellness@1.so-net.jp](mailto:wellness@1.so-net.jp)



# Trampoline for Normalization 申込書

受付 /

氏名	かな 男女	年齢	歳	所属
電話		メール		
日時	下記の月曜日19:00~19:50 【2016年度は更に9~11月に11回、1月~3月に9回を予定】 ①5/9 ②5/16 ③5/23 ④6/6 ⑤6/13 ⑥6/20 ⑦6/27 ⑧7/4 ⑨7/11			
料金	年会費：2,000円（2016年度末まで有効） ※スポーツ保険(任意)：1,850円 各回：1,500円（障がい者枠の利用者へのサポートが含まれています） プリペイド特典：4回分 5,000			
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 普段スポーツの頻度</li> <li>・ 経験の有無</li> <li>・ 知らせておきたい持病や服用中の薬</li> <li>・ T4Nの活動を何でお知りになりましたか？</li> </ul>			
<b>※万が一の際の緊急連絡先をお知らせください</b>				
	氏名	続柄	電話	
<b>参加にあたっての確認事項（レ点をつけ、最後に署名をお願いします。）</b>				
<b>◆健康管理について</b>				
<input type="checkbox"/> 体調がすぐれない、骨折、妊娠、病気など健康に不安がある場合は参加を見合わせてください。				
<input type="checkbox"/> 途中で体調が悪くなった場合は利用を中断してください。				
<b>◆服装について</b>				
<input type="checkbox"/> 動きやすく伸縮性のある服装で体育館シューズ（室内履き）をご利用ください。				
<input type="checkbox"/> 衣類のポケットは空にしてください。				
<input type="checkbox"/> 手足の爪が長い場合、割れたり、はがれたりする恐れがありますので切ってください。				
<input type="checkbox"/> 指輪や時計、イヤリングなどははずして下さい。アクセサリを傷つけるだけでなくケガの原因になります。				
<input type="checkbox"/> 眼鏡を利用の方は落ちた衝撃で破損する恐れがありますので眼鏡バンドをご利用ください。				
<b>◆活動について</b>				
<input type="checkbox"/> ボルダリング、トランポリンなどホール内での活動は大きな危険の伴うスポーツである事をご理解ください。				
<input type="checkbox"/> マットのジョイント部や壁際には隙間があり、また着地を誤ると重大なケガへつながります。安全を完全に保障するものではありませんのでマットを過信せず十分ご注意ください。				
<input type="checkbox"/> 安全には十分配慮しておりますが、ホールドの回転や破損、マットの隙間に落ちるなど安全対策は絶対ではない事を理解しケガや事故がないようご協力ください。				
<b>◆ボルダリングについて</b>				
<input type="checkbox"/> ホールド（手がかり）は性質上割れたり、回転することがあり完全に防ぐ事ができません。				
<input type="checkbox"/> ホールド以外のものをつかんだり、ボルトの穴に指を入れたりしてのぼる事はやめてください。				
<input type="checkbox"/> 着地は人や物がいないか確認して足から降りてください。腰や腕などから落ちるとケガの原因になります。				
<input type="checkbox"/> クライマー（挑戦者）がいるときは白いマットからおりてお待ちください。				
<b>◆その他</b>				
<input type="checkbox"/> 活動中、広報のための撮影を行うことがあります。掲載等希望されない方はお申し出ください。				
<input type="checkbox"/> 駐車場で事故や施設内での紛失、並びに盗難が起こらないよう注意してください。				
<input type="checkbox"/> 他の利用者の迷惑となる行為やスタッフが参加に支障があると判断した場合には退所させていただきます。				
<input type="checkbox"/> 水分、栄養補給のための飲食は施設内で可能です。その際のゴミはお持ち帰りください。				
Thank you for your COOPERATION ☺		T4N参加に際し、上記の内容について理解しました。		
		平成 年 月 日		
		参加者署名		