

女性のための “健康美人”セミナー

12月10日、1月14日、2月25日（各木曜日・全3回）

18:30~20:00

赤坂区民センター 多目的室

全身をストレッチ等でほぐし、伸ばし、動かして血流を促進！

ピラティスの動きを取り入れ体幹を中心に引き締め、気持ちよく体を動かします！

- 締切り
11/13(金)必着**
- 【対象】 成人女性 ※港区在住・在勤者優先
【定員】 20名（抽選）
【費用】 1,500円
【持ち物】 タオル、飲み物
【講師】 伊藤 順子（ピラティスインストラクター）
笠原 寛子（株式会社東京アスレティッククラブ「健康運動指導士」）
【申込み】 ●ハガキ・FAX
①郵便番号・住所 ②氏名（フリガナ） ③年齢 ④電話番号
⑤在勤者・在学者は、会社名・学校名・所在地
●赤坂区民センター窓口にて 申込用紙に上記①~⑤を記入
●KissポートHP <http://www.kissport.or.jp>

【宛先・問い合わせ】

赤坂区民センター「女性のための“健康美人”セミナー」係り

住所：〒107-0052 港区赤坂 4-18-13

電話：03-5413-2711 Fax：03-5413-2714

＜アクセス＞

地下鉄 青山一丁目駅（4番出口）徒歩10分

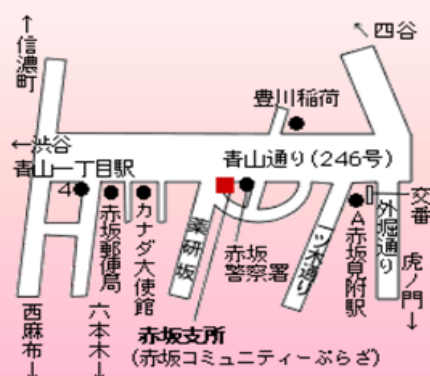
赤坂見附駅（A出口）徒歩10分

ちいバス 赤坂ルート、青山ルート

「赤坂地区総合支所前」下車

主催：赤坂区民センター

（指定管理者：公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団）



FAXでお申込の方は、下記の申込書にご記入ください。
FAX:03(5413)2714

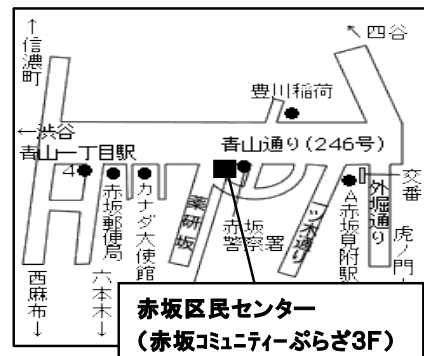
赤坂区民センター 女性のための“健康美人”セミナー 参加申込書		
【個人情報の取扱いについて】 <input type="checkbox"/> 同意する <input type="checkbox"/> 同意しない(申込み受付ができません)		
住所	〒 _____	
ふりがな		年齢
名前		歳
電話番号(必須)	()	
FAX番号	()	
港区に在勤・在学のかたは、お勤め先・学校名をご記入ください。		

【会場案内】赤坂区民センター
〒107-0052 港区赤坂4-18-13 赤坂コミュニティーぷらざ3F

【交通機関】

- ◎ 地下鉄：銀座線・半蔵門線・大江戸線
「青山一丁目駅」下車 4番出口徒歩10分
- ◎ 地下鉄：銀座線・丸の内線
「赤坂見附駅」下車 A出口徒歩10分
- ◎ 赤坂コミュニティバス(ちいばす)
「赤坂地区総合支所前」下車(赤坂/青山ルート)

* 駐車場はございません。お車でのご来館はご遠慮ください。



《お問合せ：赤坂区民センター TEL:03-5413-2711》

申込〆切 11月13日(金) 必着

取得した個人情報の取扱いについて

●取得した個人情報は、この事業の運営のために利用します(DMの送付を含みます。)。また、記録のための写真撮影、録音、録画の実施及び本人の同意の上での情報誌への掲載(ただし、本人の同意がない場合でも写真を掲載する場合は、個人を特定できない状態のものを掲載する場合があります。)を行うことがあります。●取得した個人情報は前述の利用目的の範囲内で共催者等に提供することがあります。●取得した個人情報を委託先に外部提供するときは、委託先に対し適切な管理・監督を行います。●個人情報のご提供は任意です。ただし、必要な個人情報のご提供がない場合は、この事業に参加できない場合があります。●個人情報の利用目的の通知、開示、内容の訂正、追加又は削除、利用の停止、消去及び第三者への提供の停止を求めることができます。●事業へ応募した時点で前述の内容に同意したものとみなします。

個人情報の取扱いに関するお客様相談窓口 公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団

企画経営課 TEL:03-5770-6831 電子メール: fureai-info@kissport.or.jp 個人情報保護管理者 当財団事務局次長