

春のスポーツ教室 第16弾

受講生募集!



① 商大生と60分間スポーツ!



② はつらつ健康教室!



③ 商大生と楽しくレクスポ!

仮受付期間

平成28年4月1日(金)~11日(月)必着

主催:大阪商業大学スポーツセンター

後援:東大阪市教育委員会

社会福祉法人東大阪市社会福祉協議会

公益財団法人大阪体育協会

①【商大生と60分間スポーツ！】

定員:20名 **対象:60歳以下の成人男女**

講師: 宇部 一(大阪商業大学教授／スポーツセンター長)

日時: 平成28年5月19日～7月14日(6月16日除く)の毎週木曜 全8回 10:50～11:50

場所: 大阪商業大学 総合体育館地下2階アリーナ・第1グラウンド

受講料: 無料 **傷害保険料:¥1,890**

内容: バレーボール、バドミントン、フットサルなど、毎回ゲームを中心に行います。

「フィットネススポーツ支援演習」を受講している学生が活動の補助をしながら、一緒に参加します。未経験者の方、大歓迎、過去受講者もちろん参加可能です。
みんなで楽しみましょう。

持参物: トレーニングウェア、トレーニングシューズ、タオル、飲み物



②【はつらつ健康教室！】

定員: 30名 **対象:60歳以上80歳以下の男女**

講師: 山原 雅行(元大阪商業大学非常勤講師／元大阪府立大塚高校校長)

日時: 平成28年5月19日～7月7日の毎週木曜 全8回 10:00～11:30

場所: 大阪商業大学 総合体育館3階卓球場

受講料: 無料 **傷害保険料:¥1,890**

内容: エアロビクダンス(軽い足踏み)を中心に、ストレッチ(柔軟体操)や、お手玉、竹踏み、ヨガなどのさまざまな運動をミックスさせながら、楽しく気持ちのいい運動を行います。

やさしい筋力トレーニングも行います。健康維持に運動を始めませんか？

初めて受講する方、過去受講者どちらも参加可能です。

持参物: トレーニングウェア、トレーニングシューズ、お手玉(2～4個)、
竹踏み(プラスチック製)、ゴムチューブ、ヨガマット、タオル、飲み物



③【商大生と楽しくレクスポ！】

定員:20名 **対象:60歳以上80歳以下の男女**

講師: 迫 俊道(大阪商業大学准教授／スポーツセンター運営委員)

日時: 平成28年6月7日～7月5日の毎週火曜 全5回 13:45～15:30(途中15分程度の休憩あり)

場所: 大阪商業大学 総合体育館地下2階アリーナ

受講料: 無料 **傷害保険料:¥1,270**

内容: 軽い運動を伴うさまざまなレクリエーションスポーツを行います。

「レクリエーションスポーツ支援演習」を受講している学生と一緒に活動を行います。

受講者や学生、みんなで交流を深めながらスポーツを楽しむことができます。

未経験者の方、大歓迎です。過去受講者もちろん参加可能です。

持参物: トレーニングウェア、トレーニングシューズ、タオル、飲み物



Step1 《仮受付》 4月1日(金)～11日(月)必着

- 申込用紙を記入し、FAXか郵送でお申し込みください。持参不可です。
先着順ではありません。定員を超えた場合は、抽選を行います。

Step2 《仮受付完了》 4月下旬

- 本学より仮受付完了の通知文を送付いたします。

Step3 《本受付》 4月末～5月上旬

- 本学が指定した期間内に来学いただき、傷害保険料のお支払い
やその他の事務手続きを行ってください。

Step4 《教室参加》 5月下旬～7月上旬

- Let's Enjoy スポーツ教室！



仮受付申込について《お願い》

- 各教室ともに仮受付期間は、4月1日(金)～11日(月)【必着】です。
申込用紙を記入後、FAXか郵送でお申し込みください。
- 申込用紙の持参は受け付けいたしかねますので、ご了承ください。
万一、持参された場合はFAX・郵便を優先いたします。
- 仮受付期間外のお申し込みは受け付けいたしかねますので、ご注意ください。
- 定員を超えた場合は、抽選を行います。抽選の場合はスポーツセンター
WEBサイト(<http://ouc.daishodai.ac.jp/sports/>)でお知らせします。
- TELでの参加申込状況のお問い合わせにはお答えしますが、事前予約などの対応は
いたしかねますので、あらかじめご了承ください。
- お一人様で「はつらつ健康教室！」と「商大生と楽しくレクスポ！」、両方の受講も可能
です。
- 受講に際してスポーツ傷害保険に加入いたします。傷害保険料は受講者様で
ご負担いただきます。
- お申し込みいただき、仮受付が完了した方には、4月下旬に「仮受付完了通知」を郵送
いたします。

お問い合わせ先：大阪商業大学 スポーツセンター(学生生活課 課外活動支援室) 【受付時間】10:00～17:00(平日のみ)

〒577-8505 大阪府東大阪市御厨栄町4-1-10

【TEL】06-6785-6129 【FAX】06-6785-6444

【URL】<http://ouc.daishodai.ac.jp/sports/>

No.

スポーツ教室申込用紙

* 仮受付期間: 4月1日(金)～11日(月)必着

フリガナ				定員を超えた場合は、抽選を行います	
名前				TEL	— —
生年月日	昭和 平成	年	月	日	FAX FAXなし * FAXがない場合は○をつけてください
(満) 年齢	歳	血液型	型	性別	男 ・ 女
住所	〒 —				
希望教室	* 希望する教室口欄に✓印を付けてください 「はつらつ健康教室！」と「商大生と楽しくレクスポ！」の両方の受講も可能です <input type="checkbox"/> 商大生と60分間スポーツ！ <input type="checkbox"/> はつらつ健康教室！ <input type="checkbox"/> 商大生と楽しくレクスポ！				
大阪商業大学 での スポーツ教室 過去受講経験	* ありと答えた方は、教室名も全て記入してください なし ・ あり (教室名:) (教室名:)				
備考	* 運動を行う上で健康上の不安がある方は、お書きください				
※この申込用紙に記入いただきました皆様の個人情報は、安全かつ適切な管理を行います。 また、これらの個人情報は、教室開催のご案内以外に本学が行う各種行事(公開講座、セミナー、大学祭など)のご案内に利用する場合があります。 なお、これらの情報が不要な場合は、右記口欄に✓印を付けてください。 <input type="checkbox"/> 情報提供不要					
事務処理欄	* 記入しないでください 受付日 <input type="checkbox"/> FAX <input type="checkbox"/> 郵送 <input type="checkbox"/> 新規申込者 <input type="checkbox"/> 複数申込者				

* お申し込みは仮受付期間中に限り、FAXもしくは郵送のみ受け付けいたします

* 持参でのお申し込みは受け付けいたしかねます

大阪商業大学 スポーツセンター

(学生生活課 課外活動支援室)

FAX 06-6785-6444

〒577-8505 大阪府東大阪市御厨栄町4-1-10