

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spo！

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、バスケットボール、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。未経験の方、大歓迎、過去受講者も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:エアロビックダンス(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spo！】

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。

未経験の方、大歓迎です。過去受講者も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「はつらつ健康教室！」と「商大生と楽しくレクspo！」、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。

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□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□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