

# SA2024 フライト・ルーティン・スキルアップセミナー

～動きの質を向上させよう～

開催日時：2024年3月31日（日）13:00～15:00

会場：取手グリーンスポーツセンター・剣道場

〒302-0032 茨城県取手市野々井 1299

講師：廣瀬 亜須可 先生

内容：2024年度フライトルーティン練習会

持ち物：動きやすい服装・上靴・飲み物・タオル

参加費：2500円/1人 定員20名

対象：JAFフライト種目・全ての部門（県外の選手も受講可）

## 【スケジュール】

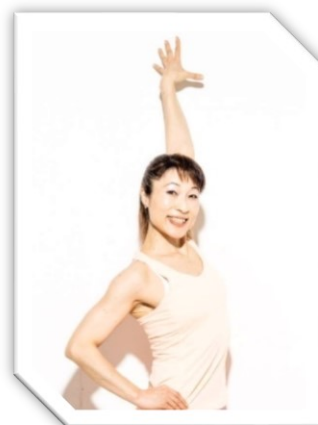
12:30 開場・受付

\*ウォーミングアップ可

13:00 セミナー開始

15:00 セミナー終了

16:00 まで自主練習可能です



申込方法：フォームURL 又は QRコードからフォームに飛び必要事項を入力、送信してください。

申込フォーム：<https://forms.gle/GkVHtGS1ftCMAzbWA>

申込期間：令和6年2月25日（日）～3月9日（土） 募集定員になり次第〆切

- ◎ 参加費は申し込み後1週間以内に指定の口座へ**参加選手名**で振り込んでください。
- ◎ セミナー中、ビデオ等の撮影はできません。ご自身の動きを撮影する時間を設けます。
- ◎ 振込み後の返金には対応できませんので予めご承知おきください。
- ◎ 受講中の事故または怪我につきましては応急処置を行います。その後の処置について、責任は負いかねます。十分に気を付けて行動してください。
- ◎ 参加者の肖像権は主催者に帰属します。



<振込先>

常陽銀行 取手西支店 普通)1270470 茨城県エアロビック連盟 宛

主催・茨城県エアロビック連盟