



地域密着型プロロードレースチーム
宇都宮ブリッツェンと楽しむ!

◀もっとも身近なスポーツ、自転車で楽しく運動しませんか?▶

いきいき健康自転車教室

令和2年度宇都宮市介護予防事業(宇都宮市高齢者等地域活動支援ポイント対象事業)



日時

令和2年 **11月10日(火)** 10:00~12:00
9:30受付開始

場所

オリオンスクエア 宇都宮市江野町8番3号
※裏面地図参照

内容

- ①ストレッチ運動で頭と体をほぐそう!
- ②自転車に乗るために必要なトレーニングをしよう!
- ③オリオンスクエア内ブリッツェン特設コースを一緒に走ろう!

参加特典

ブリッツェンマフラータオル (非売品)



対象 / 宇都宮市在住の65歳以上の方で、運動に支障のない方。

定員 / 30名(先着順) 費用 / 無料(参加者は傷害保険に加入します)

持ち物等 / 運動しやすい服装、汗拭き用タオル、飲み物など

コロナウイルス感染症対策

- ・本イベントはソーシャルディスタンスの確保等、制限がかかるイベントです。
- ・開催1週間前までに「コロナウイルス感染症対策チェックリスト」をお送りいたします。
当日の朝、もしくは前日にご記入いただき、当日受付までお持ちください。
- ・チェックリストの質問事項に「はい」と記入がある方はご参加をお控えください。
- ・イベント終了後2週間以内にコロナウイルス感染症を発症した場合、弊社までご連絡ください。
- ・今後のコロナウイルス感染症等による社会情勢により、イベント中止等の判断をすることもありますので、あらかじめご了承ください。

FAXがない場合は、
下記のお問い合わせ先まで
ご連絡ください。

受付期間 / 令和2年10月5日(月)~10月30日(金)

お申し込み / 裏面申込用紙記入の上、FAXでお申し込みください。

お問い合わせ /

サイクルスポーツマネジメント株式会社 ☎028-611-3993
宇都宮市高齢福祉課 ☎028-632-2358

「いきいき健康自転車教室」参加申込書

令和2年11月10日(火)開催

ふりがな お名前			
性別	男・女	身長	cm
生年月日	大正・昭和	年 月	日生まれ(歳)
ご住所	〒 宇都宮市		
電話番号(固定)			
携帯電話番号			
自転車・ヘルメットの 持ち込みの有無	自転車	有・無(レンタル希望)	
	ヘルメット	有・無(レンタル希望)	

サイクルスポーツマネージメント株式会社 (宇都宮ブリッツェン運営会社)

FAX.028-611-3996

