



参加無料！
施設利用割引チケット
プレゼント！

『姿勢を整えて肩こり腰痛を予防改善』講座

日常生活の中で起こりやすい姿勢の崩れ。そこからくる腰痛や肩こりに対する予防方法、改善方法についてご案内します。

【講師】鎌倉盛行氏（サーラスポーツ浜松店トレーナー 保有資格：健康運動指導士・鍼灸師）

豊橋
会場

4月7日（金）

10：30～12：00

サーラスポーツ豊橋 Bスタジオ
豊橋市中岩田2丁目8-1

浜松
会場

4月14日（金）

13：00～14：30

サーラスポーツ浜松 Aスタジオ
浜松市中区砂山町1107

定員

各会場**10**名様（先着）

参加
資格

1オーナーにつき2名様まで
（会員ご本人様もしくはご家族様）

参加
特典

サーラスポーツ施設利用チケット
プレゼント！！
ビジター利用1回**3,000円**（税別）
⇒1回**500円**（税別）

持ち物

動きやすい服装・タオル・
水分補給のお飲み物・
豊橋会場のみ室内シューズ（スリッパ
でも可）

締切

3月24日（金）

参加費

無料

■■ 申込方法 ■■

裏面申込書にご記入の上、FAX送信。または、専用フォームにてお申込みください。

FAX **0532-51-5822**

専用フォーム <https://sala-ownersclub.sala.jp/202305cul/>



※ご希望の日程で先着順の受付となり、定員数に達した時点で受付終了となります。定員数を超過してからお申込みされた方にはお電話をさせていただきます。参加確定の方には「参加証」を発送いたします。なお、当日のキャンセルはいたしかねます。
※サーラカードをお持ちのオーナー様（またはご家族様）は、100ポイント加算のサービスがございます。
当日はサーラカードをご持参ください。当日カードをお忘れの場合、後日のポイント加算はできませんのでご了承ください。

◆◆ FAX申込書は裏面をご覧ください ◆◆

サーラオーナーズクラブ事務局 10：00～16：00（土・日・祝日定休）

Tel.0120-072-903 | Fax.0532-51-5822

サーラオーナーズクラブ カルチャーセミナー 参加申込書

F A X 送信方向

F A X 0 5 3 2 - 5 1 - 5 8 2 2

必要項目をご記入ください

※1オーナーにつき2名様まで参加できます。(オーナーズクラブ会員ご本人様、もしくはご家族様)

申込日 月 日

会員番号	0	0						
会員様氏名							様	
参加人数 (該当に☑をつけて下さい)	<input type="checkbox"/> 1名		<input type="checkbox"/> 2名					
参加者氏名				様				様
参加代表者様ご連絡先 (当日連絡可能な電話番号)								
希望会場に○		豊橋会場 4/7(金) 10:30 ~ 12:00						
		浜松会場 4/14(金) 13:00 ~ 14:30						
運動するにあたり制限されていることがありましたら、ご記入ください。								

申込締切日 3月24日(金)

※ご希望の日程で先着順の受付となり、定員数に達した時点で受付終了となります。定員数を超えてからお申込みされた方にはお電話をさせていただきます。参加確定の方には「参加証」をお送りいたします。
※今後の新型コロナウイルス感染症流行の状況により、開催が難しくなる場合がございます。あらかじめご了承ください。

サーラオーナーズクラブ事務局 10:00~16:00 (土・日・祝日定休)



0120-072-903

FAX: 0532-51-5822